



予定献立表



石狩市学校給食センター
TEL: 0133-62-8015

令和8年度

☆ 予定献立表について ☆

アレルギー対応食(22日)の献立と食材には網かけをしています

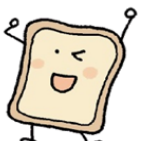
- ・ 牛乳(お茶)は、毎日つきます。
- ・ 太字は石狩産食材を示しています。(パン、ラーメンの小麦粉は石狩産を使用しています)
- ・ 使用している海藻類はえび・かにの生息地で採取されたものです。
- ・ そばは提供していませんが、使用している麺は一部そばを取り扱った工場で製造されています。
- ・ 小学校のエネルギー(kcal)は、3・4年生のものを表示しています。
- ・ 都合により献立が変更になる場合があります。

献立名	食 材			献立名	食 材				
	熱やエネルギーのもと (黄)	からだ(肉・骨)をつくる (赤)	からだの調子を整える (緑)		熱やエネルギーのもと (黄)	からだ(肉・骨)をつくる (赤)	からだの調子を整える (緑)		
19日(火)	きつねうどん	うどん きび糖	油揚げ・とり肉・つと	人参・干椎茸・長ねぎ	19日(火)	チーズはんぺん フライ	植物油・砂糖・水あめ コーンスターチ・パン粉	たら・卵白・チーズ	
20日(水)	わかめごはん	ごはん	わかめ		20日(水)	ごまサラダ	ごまドレッシング		人参・キャベツ コーン
21日(木)	玉ねぎのみそ汁		みそ・高野豆腐	玉ねぎ・小松菜 人参・長ねぎ	21日(木)	野菜つくね	砂糖・水あめ・パン粉 植物油	とり肉	玉ねぎ・れんこん 長ねぎ・人参
22日(金)	厚揚げチャンプルー	きび糖・植物油	厚揚げ・豚肉 鯉節	玉ねぎ・人参・もちやし ピーマン	22日(金)	厚揚げチャンプルー	きび糖・植物油	厚揚げ・豚肉 鯉節	玉ねぎ・人参・もちやし ピーマン
23日(土)	コッペパン	コッペパン			23日(土)	コッペパン	コッペパン		
24日(日)	ごぼろ クリームスープ	バター・米粉	ベーコン・とり肉 粉乳・チーズ・牛乳	人参・玉ねぎ・ごぼろ	24日(日)	ごぼろ クリームスープ	バター・米粉	ベーコン・とり肉 粉乳・チーズ・牛乳	人参・玉ねぎ・ごぼろ
25日(月)	ささみフライ ソース	片栗粉・小麦粉 パン粉・植物油	とり肉・大豆粉		25日(月)	ささみフライ ソース	片栗粉・小麦粉 パン粉・植物油	とり肉・大豆粉	
26日(火)	ハムマリネ	きび糖・植物油	ハム	きゅうり・キャベツ 玉ねぎ・レモン果汁 パセリ	26日(火)	ハムマリネ	きび糖・植物油	ハム	きゅうり・キャベツ 玉ねぎ・レモン果汁 パセリ
27日(水)	いも団子汁	いもち	とり肉・油揚げ	人参・大根・ごぼろ しめじ・長ねぎ	27日(水)	かきたま汁 除去:卵	片栗粉	油揚げ・全卵・豆腐	人参・玉ねぎ・干椎茸 長ねぎ
28日(木)	照り焼きチキン	砂糖	とり肉		28日(木)	さばのみぞれ煮	片栗粉・砂糖	さば	大根
29日(金)	ふきの炒め煮	きび糖・植物油	さつま揚げ	ふき・こんにゃく 人参	29日(金)	五目煮	きび糖・植物油	豚肉・大豆・ひじき	人参・白滝
30日(土)	ごはん	ごはん			30日(土)	ごはん	ごはん		
31日(日)	小松菜と油揚げの みそ汁		豆腐・油揚げ・みそ	小松菜・人参・長ねぎ	31日(日)	小松菜と油揚げの みそ汁		豆腐・油揚げ・みそ	小松菜・人参・長ねぎ
1日(月)	いわしの生姜煮	砂糖・水あめ	いわし	生姜	1日(月)	いわしの生姜煮	砂糖・水あめ	いわし	生姜
2日(火)	とり肉と根菜の 甘辛炒め	きび糖・植物油	とり肉	れんこん・玉ねぎ 人参・枝豆・生姜	2日(火)	とり肉と根菜の 甘辛炒め	きび糖・植物油	とり肉	れんこん・玉ねぎ 人参・枝豆・生姜
3日(水)	和風スパゲティ	スパゲティ 片栗粉・植物油	豚肉	人参・玉ねぎ・えのき しめじ・ほうれん草 にんにく	3日(水)	和風スパゲティ	スパゲティ 片栗粉・植物油	豚肉	人参・玉ねぎ・えのき しめじ・ほうれん草 にんにく
4日(木)	鮭メンチカツ	砂糖・植物油・パン粉 小麦粉・片栗粉	鮭・たら	玉ねぎ	4日(木)	鮭メンチカツ	砂糖・植物油・パン粉 小麦粉・片栗粉	鮭・たら	玉ねぎ
5日(金)	いちご杏仁 フルーツあえ	水あめ・ぶどう糖 砂糖	豆乳加工品	桃缶・いちご果汁	5日(金)	いちご杏仁 フルーツあえ	水あめ・ぶどう糖 砂糖	豆乳加工品	桃缶・いちご果汁
6日(土)	ごはん	ごはん			6日(土)	ごはん	ごはん		
7日(日)	四角豆腐	片栗粉・植物油 ごま油	豆腐・豚肉	人参・玉ねぎ・干椎茸 長ねぎ・葱・にんにく 生姜	7日(日)	四角豆腐	片栗粉・植物油 ごま油	豆腐・豚肉	人参・玉ねぎ・干椎茸 長ねぎ・葱・にんにく 生姜
8日(月)	えびギョーザ	砂糖・小麦粉・パン粉 片栗粉	豚肉・とり肉・えび	キャベツ・玉ねぎ	8日(月)	えびギョーザ	砂糖・小麦粉・パン粉 片栗粉	豚肉・とり肉・えび	キャベツ・玉ねぎ
9日(火)	ツナともやしの 中華あえ	きび糖・ごま・ごま油	まぐろ	きゅうり・もちやし 人参	9日(火)	ツナともやしの 中華あえ	きび糖・ごま・ごま油	まぐろ	きゅうり・もちやし 人参
10日(水)	ソフトフランスパン	ソフトフランスパン			10日(水)	ソフトフランスパン	ソフトフランスパン		
11日(木)	野菜スープ		ウインナー	人参・玉ねぎ・パセリ セロリ・キャベツ	11日(木)	野菜スープ		ウインナー	人参・玉ねぎ・パセリ セロリ・キャベツ
12日(金)	チキンチーズ焼き	砂糖・植物油・パン粉	とり肉・チーズ	パプリカ・パセリ	12日(金)	チキンチーズ焼き	砂糖・植物油・パン粉	とり肉・チーズ	パプリカ・パセリ
13日(土)	マカロニミラネーズ	きび糖・マカロニ 植物油	豚肉・大豆	人参・玉ねぎ ピーマン	13日(土)	マカロニミラネーズ	きび糖・マカロニ 植物油	豚肉・大豆	人参・玉ねぎ ピーマン
14日(日)	ごはん	ごはん			14日(日)	ごはん	ごはん		
15日(月)	肉鍋風煮	きび糖・植物油	豚肉・豆腐	人参・玉ねぎ・白菜 こんにゃく・長ねぎ 干椎茸	15日(月)	肉鍋風煮	きび糖・植物油	豚肉・豆腐	人参・玉ねぎ・白菜 こんにゃく・長ねぎ 干椎茸
16日(火)	豆腐包み焼き	砂糖・ぶどう糖 植物油	とり肉・豆腐 ゼラチン	人参・枝豆・干椎茸 生姜・玉ねぎ	16日(火)	豆腐包み焼き	砂糖・ぶどう糖 植物油	とり肉・豆腐 ゼラチン	人参・枝豆・干椎茸 生姜・玉ねぎ
17日(水)	きゅうりおかかあえ	ごま	鯉節	きゅうり	17日(水)	きゅうりおかかあえ	ごま	鯉節	きゅうり
18日(木)	イエスクリーン米	イエスクリーン米			18日(木)	イエスクリーン米	イエスクリーン米		
19日(金)	チンゲン菜スープ		豆腐・ベーコン	チンゲン菜・人参 長ねぎ・生姜	19日(金)	チンゲン菜スープ		豆腐・ベーコン	チンゲン菜・人参 長ねぎ・生姜
20日(土)	しょうゆ肉団子	砂糖・植物油・豚脂 パン粉・ごま油	とり肉・豚肉	玉ねぎ・生姜	20日(土)	しょうゆ肉団子	砂糖・植物油・豚脂 パン粉・ごま油	とり肉・豚肉	玉ねぎ・生姜
21日(日)	韓国風焼肉炒め	きび糖・片栗粉 ごま油	豚肉	玉ねぎ・人参・にんにく ピーマン・生姜・もちやし	21日(日)	韓国風焼肉炒め	きび糖・片栗粉 ごま油	豚肉	玉ねぎ・人参・にんにく ピーマン・生姜・もちやし

ミニトマトや団子、
魚の骨は気をつけて食べましょう



朝ごはんをしっかり食べて元気な毎日を!



1回目の給食費口座振替は6月1日(月)です。