



1月 予定献立表



牛乳は毎日
つきます。

石狩市厚田学校給食センター
TEL・FAX：78-2141

令和元年度 牛乳(お茶)は毎日つきます。都合により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

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)
<p>よていこんだてひょう 予定献立表について</p> <p>・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。 ・都合により、献立が変更になる場合がありますことをご了承ください。 ・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。</p> 				<p>23日 (木)</p> <p>横割りパン コーンポタージュ テリヤキハンバーグ スライスチーズ イタリアンサラダ</p> <p>エネルギー(kcal) (小) 728 (中) 856</p>			
14日 (火)	イエスクリーン米	イエスクリーン米		24日 (金)	ご飯	ごはん	
	豚すき丼	しらたき きび和糖 植物油	ぶた 生揚げ 高野豆腐		とりに汁	ごんにやく	とり とうふ
	和風きんぴら包み焼き	砂糖 植物油 ごま	とり とうふ		白身魚フライ	植物油 パン粉	たら 大豆粉
	えだまめ		枝豆		キャベツと油揚げの炒め煮	植物油 きび和糖	キャベツ 人参
15日 (水)	イエスクリーン米	イエスクリーン米		27日 (月)	ご飯	ごはん	
	芋団子汁	じゃが芋 片栗粉	とり 油揚げ		麻婆春雨	はるさめ きび和糖 片栗粉 植物油	ぶた
	さばみぞれ煮	片栗粉 砂糖	さば		コーンのつまみ揚げ	片栗粉 砂糖	全卵
	ひじきの炒め煮	しらたき きび和糖 植物油、ごま	ひじき 枝豆		たたききゅうり	ごま、ごま油 植物油	きゅうり
16日 (木)	黒角食	黒角食		28日 (火)	あんかけうどん	うどん きび和糖 片栗粉	とり つと 油揚げ
	野菜スープ	バター	ウィンナー		さつまパイ	さつまいも 小麦粉 砂糖 パン粉、植物油	
	やわらかチキン	砂糖、小麦粉 片栗粉	とり		れんこんサラダ	ごま	えだまめ
	浜益牛の揚げないコロケ	じゃが芋 小麦粉、 パン粉、バター	浜益牛		ご飯	ごはん	
17日 (金)	中華スープ		ハム とうふ	29日 (水)	小松菜と油揚げの味噌汁		とうふ 油揚げ
	野菜肉団子	パン粉	とり		いわしのオレンジ煮	砂糖	いわし ぶた
	ビビンバ	きび和糖 植物油 ごま ごま油	ぶた		豚肉とごぼうの ごま味噌煮	きび和糖 ごま 植物油	人参 おろし生姜
20日 (月)	わかめの味噌汁		わかめ とうふ 油揚げ	30日 (木)	ソフトフランス	ソフトフランス	
	さんまの生姜煮	砂糖	さんま		ポトフ	じゃが芋	ウィンナー
	とり肉と大根の照り煮	ごんにやく きび和糖 植物油	とり		鮭のムニエル	バター 小麦粉	さけ
21日 (火)	みそラーメン	ラーメン 植物油	望来豚		ポークビーンズ	きび和糖 植物油	ぶた 大豆
	揚げシューマイ	植物油 豚脂、ごま油 パン粉、片栗粉	ぶた とり 大豆粉		ミルメークココア		
	切干大根ナムル	きび和糖、ごま ごま油		31日 (金)	豆腐のとろみ汁		とうふ 油揚げ とり
22日 (水)	野菜カレーライス	ごはん じゃが芋 バター	とり チーズ 脱脂粉乳		つくねハンバーグ	パン粉、片栗粉 長いも、砂糖	とり 卵白
	蒸したまご		全卵		ツナあえ	ごま ごま油	まぐろ
	福神漬		なたまめ	<p>*** 今月のリクエストメニュー ・浜益小で人気の <u>ラーメン</u> ・浜益中、聚富中で人気の <u>カレーライス</u> ・厚田小で人気の <u>えだまめ</u> ・聚富小で人気の <u>イタリアンサラダ</u> ・浜益小で人気の <u>ビビンバ</u></p>			

が給食に出る予定です！お楽しみに

