



4月 予定献立表

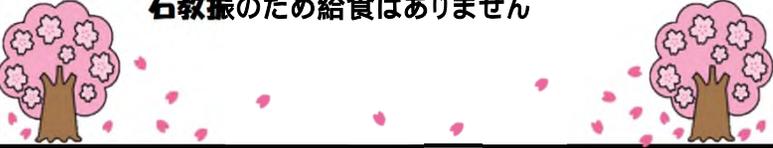


牛乳は毎日
つきます。

石狩市厚田学校給食センター
TEL・FAX: 78-2141

令和2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 | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|---------------------------------|------------------------------|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|--------------------------------------------------|
| | 熟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) | | 熟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>  | | | | 17日 (金) | <p>石教振のため給食はありません</p>  | | |
| 7日 (火) | ごはん | ごはん | とうふ 油揚げ わかめ | 人参 大根 長ねぎ | 中華スープ | とうふ | 人参、白菜 コーン、長ねぎ |
| エネルギー (kcal) (小) 678 (中) 789 | 豆腐のみそ汁 | | | | ビッグ肉団子 | パン粉 片栗粉、砂糖 豚脂、ごま油 | ぶた、とり 玉ねぎ りんご |
| | 発芽玄米入りつくね | パン粉 豚脂 発芽玄米 砂糖 | とり 大豆 | 玉ねぎ | チンジャオロース | 植物油 きび和糖 片栗粉 ごま油 | ぶた おろし生姜 おろしにんにく 青ピーマン たけのこ、人参 |
| 5日煮 | きび和糖 植物油 | ぶた 大豆、ひじき | しらたき 人参 | | | | |
| 8日 (水) | ごはん | ごはん | | | 20日 (月) | ごはん | |
| エネルギー (kcal) (小) 706 (中) 828 | 豚肉ジンギスカン | きび和糖 植物油 | 望来豚 | おろし生姜 おろしにんにく 玉ねぎ、青ピーマン 人参、干し椎茸 キャベツ もやし、エリンギ | ミートソーススパゲティ | スパゲティ 小麦粉 植物油 | ぶた チーズ おろし生姜 玉ねぎ 人参 パセリ トマト缶 |
| | いわしのみぞれ煮 | でん粉、砂糖 | いわし | きゅうり | 焼きじゃがバター | じゃが芋 バター | |
| たたききゅうり | 植物油、ごま油 ごま | | | コーンのサラダ | | | コーン キャベツ きゅうり、人参 |
| 9日 (木) | 背割りパン | 背割りパン | | | 21日 (火) | ごはん | ごはん |
| エネルギー (kcal) (小) 728 (中) 886 | 米粉シチュー | じゃが芋 米粉 バター | ベーコン とり、牛乳 チーズ 脱脂粉乳 | 玉ねぎ 人参 しめじ パセリ | 大根のごまみそ汁 | ごま | 油揚げ 大根 人参 長ねぎ |
| | ウィンナー ケチャップ | 砂糖 | ぶた | | 鮭フライ | パン粉、砂糖 植物油、片栗粉 小麦粉 | さけ |
| | キャベツサラダ | | | キャベツ、人参 | 中濃ソース | | |
| | お祝いデザート | 砂糖 米粉 | 豆乳 | いちご | ふきの炒め煮 | きび和糖 植物油 | さつま揚げ ふき 人参、こんにゃく |
| 10日 (金) | 野菜カレーライス | ごはん 精麦 じゃが芋 バター | とり チーズ 脱脂粉乳 | 玉ねぎ、コーン、人参 トマト缶、おろし生姜 ほうれん草、りんご セロリ、おろしにんにく | 22日 (水) | ごはん | ごはん |
| エネルギー (kcal) (小) 763 (中) 913 | 豆腐ハンバーグ | パン粉、砂糖 植物油、片栗粉 | とうふ とり、脱脂粉乳 | 玉ねぎ トマト | パンズパン | パンズパン | 人参 玉ねぎ コーン |
| | 福神漬 | | なたまめ | 大根、なす きゅうり、レンコン 生姜、シソの葉 とうがらし | コーンポタージュ | バター 小麦粉 | ベーコン とり 牛乳 |
| 13日 (月) | ごはん | ごはん | | | 23日 (木) | 砂糖 片栗粉 小麦粉 植物油 | とり 大豆粉 玉ねぎ りんご |
| エネルギー (kcal) (小) 733 (中) 875 | 肉味噌豆腐 | 植物油 きび和糖 片栗粉 | とうふ ぶた | おろし生姜 おろしにんにく 長ねぎ、人参 | やわらかチキン | キャッサバ 砂糖 植物油 | 全卵 ほうれん草 |
| | ショーロンボー | 豚脂、小麦粉 片栗粉、植物油 砂糖、ごま油 | ぶた | キャベツ、椎茸 たけのこ 玉ねぎ、はるさめ | イタリアンサラダ | | きゅうり、人参 キャベツ |
| 切干大根ナムル | きび和糖 ごま油 ごま | | きゅうり 切干大根 人参 | 24日 (金) | ハヤシライス | イエスクリーン米 じゃが芋 バター | おろしにんにく おろし生姜 人参 玉ねぎ りんご トマト缶 |
| 14日 (火) | 肉うどん | うどん きび和糖 | とり 油揚げ | 干し椎茸 人参 長ねぎ レーズン | ほうれん草オムレツ | 砂糖 植物油 | ミニトマト |
| エネルギー (kcal) (小) 688 (中) 842 | さつまパイ | 植物油 さつまいも 砂糖、パン粉 小麦粉 | | | ミニトマト | | ミニトマト |
| | ブロッコリーのごま和え | ごま きび和糖 | | ブロッコリー キャベツ 人参 | 27日 (月) | ごはん | ごはん |
| 15日 (水) | ごはん | ごはん | | | わかめの味噌汁 | | わかめ とうふ 油揚げ |
| エネルギー (kcal) (小) 702 (中) 818 | 野菜たっぷりみそ汁 | じゃが芋 ごま | 油揚げ | 大根 人参 キャベツ 長ねぎ | さんまの生姜煮 | 砂糖 | さんま 生姜 |
| | さばの味噌煮 | 片栗粉 砂糖 | さば | | 肉じゃが | じゃが芋 きび和糖 植物油 | ぶた しらたき 玉ねぎ 人参 |
| きんぴらごぼう | きび和糖 ごま 植物油 | えだまめ | ごぼう 人参 | 28日 (火) | みそラーメン | ラーメン 植物油 | ぶた おろし生姜、たけのこ おろしにんにく 人参、玉ねぎ もやし、長ねぎ |
| 16日 (木) | 黒コッペパン | 黒コッペパン | | | 春巻 | 植物油、砂糖 小麦粉、米粉 豚脂、片栗粉 | ぶた 玉ねぎ、にんじん キャベツ、干し椎茸 はるさめ、生姜 |
| エネルギー (kcal) (小) 670 (中) 795 | マカロニスープ | マカロニ バター | ウィンナー | 玉ねぎ 人参、キャベツ | きゅうりのごま酢あえ | ごま きび和糖 ごま油 | きゅうり、人参 キャベツ、コーン |
| | 鮭とチーズのメンチカツ | 植物油、砂糖 パン粉 小麦粉 コーンスターチ | さけ チーズ | 玉ねぎ | 29日 (水) | かぼちゃツイストパン | かぼちゃツイストパン |
| じゃが芋のカレー炒め | じゃが芋 バター | 望来豚 | 青ピーマン 人参 | 30日 (木) | ウィンナースープ | ウィンナー | 玉ねぎ、人参 大根、セロリ パセリ |
| | | | | | デミグラスバーグ | 豚脂、植物油 片栗粉 米粉、砂糖 | とり ぶた 玉ねぎ 生姜 トマト |
| | | | | | ポテトグラタン | じゃが芋、植物油 マカロニ、パン粉 小麦粉、バター | 牛乳 玉ねぎ パセリ |