



予定献立表

石狩市厚田学校給食センター
TEL・FAX：0133-78-2141

令和3年度

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>🍁 予定献立表について 🍁</p> <p>ぎゅうにゅう ちやう まいにて ・牛乳(お茶)は毎日つきます。</p> <p>しやう かいそつ せいそく さいしゆ ・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。</p> <p>つごう こんだて へんこつ ぼあひ ・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。</p> <p>しやうがっこう ねんがひ ひょうじ ・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>🍁 19日(火) 🍁</p> <p>担々麺 揚げシューマイ 白菜ナムル</p>			
<p>🍁 1日(金) 🍁</p> <p>ごはん わかめの味噌汁 とりのごま照り焼き 五目煮</p>				<p>🍁 20日(水) 🍁</p> <p>わかめご飯 つみれ汁 照り焼きチキン ひじきの炒め煮</p>			
<p>🍁 5日(火) 🍁</p> <p>ミートソーススパゲティ 焼きじゃがバター りんご</p>				<p>🍁 21日(木) 🍁</p> <p>背割りパン オニオンスープ ウィンナー ケチャップ 小袋 マカロニグラタン</p>			
<p>🍁 6日(水) 🍁</p> <p>ごはん いもたき さばの生姜煮 キャベツと油揚げの炒め煮</p>				<p>🍁 22日(金) 🍁</p> <p>ごはん 豚肉ジンギスカン 豆腐包み焼き たたききゅうり</p>			
<p>🍁 7日(木) 🍁</p> <p>コンソメスープ 野菜コロッケ ドライカレー</p>				<p>🍁 25日(月) 🍁</p> <p>ごはん すまし汁 いわしのオレンジ煮 厚揚げのどぼろ煮</p>			
<p>🍁 8日(金) 🍁</p> <p>マーボー春雨 ショーロンポー 華風あえ</p>				<p>🍁 26日(火) 🍁</p> <p>トマトスパゲティ 真だらガーリックフライ イタリアンサラダ</p>			
<p>🍁 12日(火) 🍁</p> <p>五目うどん かしわ天 ほうれん草のごまあえ</p>				<p>🍁 27日(水) 🍁</p> <p>中華スープ 肉団子 豚肉のキムチ炒め</p>			
<p>🍁 13日(水) 🍁</p> <p>イエスクリーン米 豆腐の味噌汁 鮭の西京焼き ツナじゃが 黒角食</p>				<p>🍁 28日(木) 🍁</p> <p>かぼちゃコッペパン ポトフ やわらかチキン チーズサラダ</p>			
<p>🍁 14日(木) 🍁</p> <p>キャロットシチュー ハンバーグ ハムマリネ</p>				<p>🍁 29日(金) 🍁</p> <p>ハヤシライス 厚焼き玉子 ハロウィンフルーツカクテル</p>			
<p>🍁 18日(月) 🍁</p> <p>イエスクリーン米 吉野汁 おこげ あじの塩焼き 大根のみぞ煮</p>				<p>🍁 1日に必要な野菜は350g! 緑黄色野菜とその他の野菜をバランスよく食べよう 🍁</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>緑黄色野菜</p> <p>緑や赤・黄など色が濃く、中まで色が濃い野菜。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>その他の野菜</p> <p>色が薄く、緑黄色野菜にはあてはまらない野菜。</p> </div> </div>			