



7月 予定献立表



※牛乳は毎日

石狩市厚田学校給食センター
TEL・FAX：78-2141

平成30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。

つきます。

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)	
<p>「給食の歴史を知ろう」 <small>がっこうきゅうしょく めいじ ねん やまがたけん つる</small> 学校給食は、明治22年に山形県の鶴岡市で、お弁当を持ってこれない児童を対象に行われたのが始まりです。毎日おいしい食事を食べられることに感謝しましょう。</p> 				23日 (水)	ご飯	ごはん		
エネルギー (kcal)				望来豚汁	つきこんやく	豚肉 豆腐	人参、大根、長ねぎ、生姜 玉葱、ごぼう、じゃが芋	
(小) 689 (中) 805				発芽玄米入りつくね	玄米	鶏肉	玉葱	
				ホウレン草のごま和え	ごま	焼き竹輪	ホウレン草 もやし	
15日 (火)	ご飯	ごはん		24日 (木)	背割りパン	背割りパン		
芋団子汁		油揚げ	人参、大根 長ねぎ	白菜のミルクスープ	バター	粉チーズ	白菜、人参	
豆腐ハンバーグ	パン粉、でん粉	鶏肉、豆腐、大豆油	玉葱、トマトピューレ	エネルギー (kcal)	オリーブ油	牛乳	玉葱、野菜ペース	
(小) 664 (中) 779				ウイナー		豚肉		
	白滝	ひじき	人参	ジャーマンポテト	じゃがいも、バター		玉葱、パセリ、人参	
	キャノーラ油、ごま		えだまめ	ケチャップ			トマトケチャップ	
16日 (水)	ご飯	ごはん		25日 (金)	ご飯	ごはん		
中華スープ		ハム、豆腐 ガラスープ(ポーク&チキン)	人参、白菜 コーン、長ねぎ	小松菜と油揚げの味噌汁		豆腐 油揚げ	人参、小松菜 長ねぎ	
肉団子	パン粉、でん粉、ごま油	鶏肉、豚肉、大豆たんぱく、脱脂粉乳	玉葱	さばの味噌煮	でん粉	さば		
(小) 629 (中) 810				変わりきんぴら	白滝	豚肉、焼き竹輪	ごぼう、人参	
	キャノーラ油	鶏肉	人参、玉葱		ごま油、白炒りごま	昆布		
	白炒りごま		ごぼう、枝豆、生姜					
17日 (木)	黒角食	黒角食パン		28日 (月)	ご飯	ごはん		
ミネストローネ	マカロニ	ショルダーベーコン 大豆、ガラスープ(ポーク&チキン)	キャベツ、人参、トマト 玉葱、セロリ、パセリ	フォーのスープ	クイッティオ	ガラスープ(ポーク&チキン)	生姜、たまねぎ 人参、椎茸、長ねぎ	
白花豆コロッケ	キャノーラ油、マッシュポテト、パン粉、米粉	脱脂粉乳	白花豆	チキンハンバーグ	キャノーラ油		人参、椎茸、長ねぎ	
(小) 614 (中) 781				豚肉のキムチ炒め	パン粉、でん粉	鶏肉、大豆たんぱく	玉葱、りんご	
	コールスローディング	ハム	キャベツ、人参 きゅうり		ごま油	豚肉	人参、玉葱、にんにく	
					でん粉		キャベツキムチ、生姜	
18日 (金)	ご飯	ごはん		29日 (火)	ナポリタンスパゲティ	スパゲティ	生姜、にんにく、青ピーマン	
豚丼風煮	キャノーラ油	豚肉	にんにく、生姜、人参 玉葱、白菜、椎茸、長ねぎ	小麦粉	ベーコン		人参、玉葱、エリンギ	
いわしのオレンジ煮		生揚げ		バター			トマト、野菜ケチャップ	
(小) 731 (中) 891				若鶏のピカタ	パン粉(乳、小麦、大豆)	鶏肉		
	白炒りごま		人参、きゅうり	イタリアンドレッシング			きゅうり、キャベツ	
	エッグフリーマヨネーズ	ヨーグルト	ごぼう、コーン		ダイスチーズ		人参	
21日 (月)	ご飯	ご飯		30日 (水)	ご飯	ご飯		
春雨スープ	春雨	ハム 豆腐	人参 長ねぎ	麻婆豆腐	キャノーラ油	豆腐	生姜、にんにく	
にんじんシューマイ	でん粉、ごま油	魚肉すり身(すけそうたら)	玉葱、人参	えびシューマイ	でん粉	豚肉	長ねぎ、人参	
(小) 623 (中) 789				春雨サラダ	パン粉	豚、えび、大豆たんぱく、イワシエキス	玉葱	
	でん粉、ごま油、	豚肉	にんにく、生姜、人参、パイン 玉葱、青ピーマン、パプリカ		春雨		きゅうり	
					ごま油、ごま		人参	
22日 (火)	カレーラーメン	ラーメン	玉葱、人参	31日 (木)	ソフトフランス	ソフトフランス		
チキンナゲット	白炒りごま	ガラスープ(ポーク&チキン)	たけのこ、チンゲン菜 長ねぎ、生姜、にんにく	キャベツのスープ		ガラスープ(ポーク&チキン)	キャベツ、玉葱	
ミニトマト	キャノーラ油、小麦 パン粉、でん粉、米粉	鶏肉、大豆たんぱく おから		ピザポテト春巻	キャノーラ油、マッシュポテト、小麦粉、でん粉	チーズ	玉葱、人参、トマト、にんにく、パセリ	
(小) 725 (中) 951				かぼちゃサラダ	エッグフリーマヨネーズ	ヨーグルト	かぼちゃ、きゅうり 玉葱	