



4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>ご入学・ご進級おめでとうございます</p> <p>おいしいよ♡</p> <p>《学校給食》</p> <p>◎ごはん(厚田・浜益産)、パン、めん(石狩産・道産原料使用) ◎牛乳(200ml) ◎主菜 ◎副菜 ◎その他(納豆、チーズ、ヨーグルト、デザートなど) ※できるだけ石狩産や北海道産の食材を使用しています。</p>				18日(水)	ご飯			
9日(月)	わかめご飯	ご飯	わかめ		豆腐の味噌汁	油揚げ、豆腐 わかめ、味噌	大根、長葱	
エネルギー(kcal)	望来豚汁	じゃがいも つきこんにゃく	望来豚、豆腐 味噌	エネルギー(kcal)	鶏肉のごま照り焼き	パン粉、ごま 砂糖	鶏肉	
(小) 662 (中) 831	鶏と野菜のつくね	砂糖、パン粉 植物油	鶏肉	(小) 738 (中) 804	きんぴらごぼう	しらたき、ごま きび和糖、キャノーラ油	豚肉、焼竹輪	
10日(火)	切干大根煮	きび和糖 ごま油	さつま揚げ ひじき	19日(木)	お祝いゼリー(小)	水あめ、砂糖	豆乳	
エネルギー(kcal)	お祝いゼリー(中)	水あめ、砂糖	豆乳	エネルギー(kcal)	ソフトフランスパン	ソフトフランスパン		
(小) 645 (中) 808	五目うどん	うどん きび和糖	鶏肉、つと 油揚げ	(小) 699 (中) 815	ポトフ	じゃが芋	ウインナー	
11日(水)	チーズはんぺんフライ	パン粉、植物油 水あめ キャノーラ油	はんぺん、チーズ 卵白	エネルギー(kcal)	メンチカツ	パン粉、小麦粉 豚脂、キャノーラ油	鶏肉	
(小) 682 (中) 878	きゅうりの梅和え	ドレッシング ごま	かつお節	(小) 706 (中) 871	チーズサラダ	ドレッシング	チーズ	
12日(木)	石教振のため給食ありません	石教振のため給食ありません			エネルギー(kcal)	ブルーベリージャム	砂糖、水あめ	ブルーベリー
13日(金)	ご飯	ご飯		20日(金)	麦ご飯	麦ご飯		
エネルギー(kcal)	マーボー豆腐	キャノーラ油 きび和糖 片栗粉	豆腐、豚挽き肉 味噌	エネルギー(kcal)	ポークカレー	じゃがいも キャノーラ油	望来豚 粉チーズ スキムミルク	
(小) 694 (中) 815	肉シューマイ	豚脂、でん粉 パン粉、小麦粉 砂糖	豚肉、鶏肉 大豆粉	(小) 627 (中) 801	福神漬け		大根、なす、きゅうり れんこん、しょうが なたまめ、しその葉	
16日(月)	ご飯	ご飯		23日(月)	ご飯	ご飯		
エネルギー(kcal)	なみル	ごま油、ごま きび和糖	小松菜、人参 もやし	エネルギー(kcal)	フォーのスープ	クイッティオ ごま油、ごま	鶏肉	
(小) 697 (中) 817	ご飯	ご飯		(小) 681 (中) 876	ショーロンポー	春雨、豚脂 片栗粉、砂糖	豚ひき肉	
17日(火)	ご飯	ご飯		エネルギー(kcal)	ホイコーロー(オイスターソース)	きび和糖 キャノーラ油	豚肉	
エネルギー(kcal)	野菜たっぷり味噌汁	油揚げ 味噌	大根、人参 キャベツ、長葱 しめじ	(小) 698 (中) 850	ひじきふりかけ	砂糖、ごま	ひじき、削り節(あじ、カツオ)	
(小) 697 (中) 817	さんまおかか煮	砂糖、水あめ でん粉	さんま、かつお節	24日(火)	しょう油ラーメン	ラーメン キャノーラ油	豚肉 荳わかめ	
18日(水)	肉じゃが	じゃが芋、きび和糖 しらたき キャノーラ油	豚肉	エネルギー(kcal)	春巻	小麦粉、春雨、植物油 豚脂、米粉 キャノーラ油	豚肉	
エネルギー(kcal)	チキントマトスパゲティ	スパゲティ オリーブ油 小麦粉	鶏肉、粉チーズ	(小) 681 (中) 876	胡瓜のごま酢和え	きび和糖 ごま油	キャベツ、きゅうり 人参	
(小) 677 (中) 829	焼きじゃがバター	じゃが芋 バター		25日(水)	ご飯	ご飯		
エネルギー(kcal)	キャベツサラダ	ドレッシング	ハム	エネルギー(kcal)	はやシライス	じゃがいも バター	もうらいとん 粉チーズ 脱脂粉乳	
(小) 658 (中) 803	ご飯	ご飯		(小) 698 (中) 850	しらす和え	ごま	しらす、さくらえび かつお節、塩こんぶ	
19日(木)	ご飯	ご飯		26日(木)	ミニトマト		ミニトマト	
エネルギー(kcal)	白菜とえのきの味噌汁	油揚げ 味噌	白菜、えのき茸 人参、長葱	エネルギー(kcal)	バターロールパン	バターロールパン		
(小) 658 (中) 803	鮭フライ	小麦粉、パン粉 キャノーラ油	鮭	(小) 730 (中) 882	かぼちゃポターージュ	バター、小麦粉	ベーコン、牛乳 スキムミルク	
20日(金)	ほうれん草のごま和え	ごま、きび和糖	焼き竹輪 味噌	エネルギー(kcal)	やわらかチキンロイヤル	パン粉、でん粉 砂糖、なたね油 小麦粉	鶏肉 大豆粉	
エネルギー(kcal)	小袋ソース			(小) 730 (中) 882	ユールスローサラダ	ドレッシング		
(小) 658 (中) 803				27日(金)	ご飯	ご飯		