



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4年度

献立名	食 材			献立名	食 材		
	熱やエネルギーのもと (青)	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 (青)	からだ(肉・骨)をつくる (赤)	からだの調子を整える (緑)
<p style="text-align: center;">よてい こんだてひょう 🌸 予定献立表について 🌸</p> <p>ぎゅうにゅう ちや まいにち ・牛乳(お茶)は毎日つきます。</p> <p>しやう かいそうるい せいそくち 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 へんこう ばあい ありまふ こと を ころす ください。 ・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 へんせい 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>				23日 (月)	ごはん	ごはん	
				23日 (月)	わかめの味噌汁	わかめ とうふ 油揚げ	人参 長ねぎ
				23日 (月)	豆腐包み焼き	砂糖 ぶどう糖 植物油	とり とうふ 大豆、ゼラチン
				23日 (月)	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
16日 (月)	ごはん	ごはん		24日 (火)	しょう油ラーメン	ラーメン	ぶた 玉ねぎ、長ねぎ チンゲン菜、人参 もやし、たけのこ おろし生姜、白菜 おろしにんにく
	豆腐の味噌汁		とうふ 油揚げ わかめ	24日 (火)	ピザポテト春巻	植物油、じゃが芋 片栗粉、小麦粉 砂糖、ソルビトール	大豆 チーズ 人参、トマト
	さばの生姜煮	水あめ 砂糖	さば	24日 (火)	はちみつゼリー フルーツあえ	砂糖、ぶどう糖 はちみつ	みかん缶、白桃缶 レモン果汁
	れんこんきんぴら	きび和糖 ごま油	ちくわ ひじき	24日 (火)	ごはん	ごはん	
			れんこん 人参 こんにやく えだまめ	25日 (水)	つみれ汁	とうふ 油揚げ ほっけ	白菜、人参 おろし生姜 干し椎茸 長ねぎ
17日 (火)	チキントマト スパゲティ	スパゲティ 植物油 小麦粉	とり 脱脂粉乳 チーズ	25日 (水)	いわしオレンジ煮	片栗粉	
	星のコロッケ	じゃが芋、砂糖 小麦粉、片栗粉 植物油、水あめ	とり、大豆 ぶた、豚脂	25日 (水)	大根と厚揚げの みそ煮	きび和糖 植物油 片栗粉	大根 干し椎茸 たけのこ おろし生姜
	イタリアンサラダ		きゅうり キャベツ、人参	25日 (水)	黒角食	黒角食	
18日 (水)	ごはん	ごはん		26日 (木)	キャロットシチュー	じゃが芋 バター 小麦粉 植物油	牛乳 脱脂粉乳 チーズ 玉ねぎ 人参
	ミルメークココア			26日 (木)	ハンバーグ	砂糖 ぶどう糖	とり、大豆 豚脂 ぶた 玉ねぎ トマト、生姜 にんにく
	望来豚汁	じゃが芋	望来豚 とうふ	26日 (木)	ハムマリネ	きび和糖 植物油	ハム きゅうり、パセリ キャベツ、玉ねぎ
	五目厚焼き玉子	砂糖、植物油 片栗粉、小麦粉	全卵 大豆	26日 (木)	ごはん	ごはん	
	キャベツのごまあえ	きび和糖、ごま	キャベツ、人参	30日 (月)	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
19日 (木)	かぼちゃコッペパン	かぼちゃコッペパン		30日 (月)	ショーロンポー	豚脂、ごま油 片栗粉 砂糖、小麦粉	ぶた キャベツ、生姜 たけのこ、玉ねぎ はるさめ、椎茸
	コンソメスープ		人参、玉ねぎ かぶ、パセリ キャベツ	30日 (月)	白菜のナムル	きび和糖 ごま、ごま油	白菜 人参
	やわらかチキン	砂糖 小麦粉	とり 大豆	31日 (火)	五目うどん	うどん きび和糖	とり 油揚げ つと 玉ねぎ 人参 しめじ 長ねぎ
	えびグラタン	マカロニ 小麦粉、バター パン粉、植物油	えび 牛乳	31日 (火)	北海道 かぼちゃコロッケ	パン粉、植物油 小麦粉、片栗粉 じゃが芋、砂糖	かぼちゃ 玉ねぎ
20日 (金)	ビビンバ丼	ごはん きび和糖 植物油 ごま油、ごま	ぶた 人参、長ねぎ たけのこ 小松菜、もやし おろし生姜 おろしにんにく	31日 (火)	ツナあえ	ごま ごま油	ツナ きゅうり、人参
	ビック肉団子	パン粉、豚脂 片栗粉、ごま油 砂糖	とり ぶた、大豆	31日 (火)	ソフール	砂糖	脱脂粉乳、ゼラチン
	華風あえ	きび和糖 ごま、ごま油	人参、もやし きゅうり	31日 (火)			