



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5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>よていこんだひょう 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 かいそくし ・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 ・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>しょうがっこう ねんせい ・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> 				20日(木)	スライスパン りんごジャム	スライスパン		りんご
					オニオンスープ	バター		玉ねぎ にんにく 人参
					チキンのケチャップ煮	片栗粉・パン粉 小麦粉 植物油	とり・大豆粉	玉ねぎ・りんご にんにく
					じゃがいもの コンソメ炒め	じゃがいも 植物油	望来豚	ピーマン 人参
10日(月)	ごはん	ごはん		21日(金)	石教振のため 給食はありません。			
	中華スープ		豆腐					
	野菜肉団子	片栗粉 ごま油 パン粉	とり ふた 大豆					
	豚肉のピリ辛炒め	きび和糖 ごま油	ふた					
11日(火)	五目うどん	うどん きび和糖	とり つと 油揚げ	24日(月)	ごはん	ごはん		
	さつまい	さつまいも 小麦粉・パン粉 マーガリン			マーボー豆腐	片栗粉 植物油 きび和糖	豆腐 ふた	生姜・人参 長ねぎ にんにく
	ほうれん草のごまあえ	きび和糖 ごま	ちくわ		にんじんシューマイ	片栗粉 ごま油 小麦粉	たら	玉ねぎ 人参
					ピリ辛さつまい	きび和糖 ごま油	ツナ	きゅうり
12日(水)	豚丼	イエスクリーン米 きび和糖 植物油	ふた 生揚げ	25日(火)	チキントマトスパゲティ	スパゲティ 小麦粉 植物油	とり	しめじ・玉ねぎ 生姜・にんにく 人参・パセリ トマト
	コーンのつまみ揚げ	片栗粉 植物油	たら 全卵		星のコロッケ	じゃがいも・パン粉 豚脂・片栗粉 小麦粉・植物油	とり ふた	玉ねぎ
	フルーツあえ				コーンのサラダ			コーン・人参 キャベツ きゅうり
13日(木)	バター丸パン	バター丸パン		26日(水)	ごはん	ごはん		
	米粉シチュー	じゃがいも 米粉 バター	ベーコン チーズ 脱脂粉乳 牛乳		なめこ汁		豆腐 油揚げ	なめこ・大根 長ねぎ 人参
	ハンバーグ		とり		和風さんびら包み焼き	ごま ごま油	とり 豆腐 豚ゼラチン	玉ねぎ・ごぼう 人参 生姜
	ケチャップ小袋		ふた		ひじきの炒め煮	きび和糖 ごま 植物油	ふた ひじき	人参 枝豆 しらたき
	イタリアンサラダ							
14日(金)	イエスクリーン米	イエスクリーン米		27日(木)	コッペパン	コッペパン		
	はんぺん汁		はんぺん 豆腐		キャロットシチュー	じゃがいも 米粉 バター	ベーコン 牛乳 チーズ	玉ねぎ 人参
	とまと野菜のつくね	パン粉 植物油	とり		豆腐ハンバーグ	パン粉 片栗粉 植物油	豆腐 とり 脱脂粉乳	玉ねぎ トマト
	大根と厚揚げのみそ煮	きび和糖 片栗粉 植物油	ふた 生揚げ		ミニトマト			ミニトマト
17日(月)	わかめごはん	ごはん	わかめ 豆腐 油揚げ	28日(金)	ごはん	ごはん		
	豆腐のみそ汁				豚肉ジーンズカン	きび和糖 植物油	望来豚	玉ねぎ・人参 生姜・にんにく キャベツ ピーマン
	さんまの梅煮		さんま		さばの塩焼き		さば	
	さんびらごぼう	きび和糖 ごま 植物油	ちくわ		酢みぞあえ	きび和糖 ごま	わかめ	きゅうり 人参 こんにゃく
18日(火)	みそラーメン	ラーメン 植物油	ふた					
	春巻	片栗粉・小麦粉 米粉・植物油 春雨	ふた					
	ナムル	きび和糖・ごま ごま油						
	お祝いデザート	植物油	大豆粉・豆乳					
19日(水)	ポークカレー	ごはん じゃがいも バター	望来豚 チーズ 脱脂粉乳					
	ハムマリネ	きび和糖 植物油	ハム					
	福神漬							



元気の合い言葉