

4月 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6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)	
9日 (火)	かしわうどん	うどん	とり肉	人参 ほうれん草	角食パン	パン		
		きび和糖	油揚げ	干し椎茸		大豆チョコクリーム	油脂 砂糖 ぶどう糖 ココア	大豆粉 脱脂粉乳
			つと	しめじ 長ねぎ			キャベツのクリーム煮	じゃがいも
チーズはんぺんフライ	植物油 砂糖	たらすり身		バター 米粉	チーズ 牛乳			人参 玉ねぎ
	パン粉 水あめ	チーズ		植物油				
	でん粉	卵白【8.5%】						
エネルギー (kcal) (小) 703 (中) 797	大根のみぞマヨあえ	エッグフリーマヨネーズ	とり肉	大根 コーン	ハンバーグ 隠し焼き	パン粉 豚脂	とり肉	玉ねぎ 生姜
		きび和糖	みそ	枝豆 人参		マーガリン	卵白	
						砂糖 水あめ		
10日 (水)	ごはん	ごはん			ポテトサラダ	じゃがいも	ハム	きゅうり
		じゃがいも	ぶた肉	つきこんにゃく		エッグフリーマヨネーズ		玉ねぎ
			とうふ	人参 大根				
エネルギー (kcal) (小) 648 (中) 789	豚汁		みそ	玉ねぎ ごぼう	いわしの生巻煮	水あめ 砂糖	いわし	生姜
				長ねぎ 生姜		でん粉		
11日 (木)	バター丸パン	パン			みぞラーメン	ラーメン	望来豚	生姜 にんにく
		バター じゃがいも	ベーコン 牛乳	人参 玉ねぎ		植物油	みそ	人参 玉ねぎ
		米粉		コーン				もやし 長ねぎ
エネルギー (kcal) (小) 718 (中) 863	千金的ケチャップ煮	砂糖 パン粉	とり肉	玉ねぎ りんご	あらびき肉シューマイ	小麦粉 でん粉	ぶた肉	玉ねぎ
		片栗粉 小麦粉	大豆粉	にんにく		砂糖 植物油	卵【0.18%】	長ねぎ
		植物油					たらすり身	生姜
12日 (金)	ごはん	ごはん			切干大根のナムル	ごま ごま油		切干大根
		じゃがいも	とうふ	人参 白菜		きび和糖		小松菜
				コーン 長ねぎ		植物油		人参
エネルギー (kcal) (小) 594 (中) 760	ショーロンポー	春雨 でん粉	ぶた肉	キャベツ たけのこ	和風さんびら包み焼き	鶏皮 砂糖	とり肉	玉ねぎ ごぼう
		砂糖 小麦粉		玉ねぎ 生姜		ごま油 ぶどう糖	とうふ	人参 生姜
		豚脂 ごま油		椎茸		ごま でん粉		
15日 (月)	望来豚カレー	ごま油 ごま	望来豚	もやし 人参 白菜	ひじきとほうれん草のごまみぞあえ	きび和糖	ひじき	人参 ほうれん草
		きび和糖	昆布	大根 玉ねぎ ニラ		ごま ごま油	みそ	もやし コーン
				生姜 にんにく		水あめ 砂糖	豆乳	
エネルギー (kcal) (小) 713 (中) 870	キャベツサラダ	ごはん		生姜 にんにく	コッパパン	パン		
		じゃがいも		玉ねぎ トマト		じゃがいも	ベーコン	かぶ 玉ねぎ
		バター		人参		米粉 バター	牛乳 チーズ	人参 しめじ
16日 (火)	ナポリタンスパゲティ	スパゲティ	ぶた肉	人参 玉ねぎ	かぼのクリームスープ	パン粉 豚脂	とり肉	キャベツ
		小麦粉	ウインナー	トマト ピーマン		小麦粉 砂糖	卵(0.2%)	
		バター		エリンギ		でん粉 植物油		
エネルギー (kcal) (小) 734 (中) 868	ほうれん草オムレツ	植物油	卵【57%】	ほうれん草	キャベツメンチカツソース	パン粉 豚脂	とり肉	キャベツ
		でん粉				小麦粉 砂糖	卵(0.2%)	
						でん粉 植物油		
17日 (水)	ごはん	ごはん			ベンネソー	マカロニ	ウインナー	キャベツ 人参
		とうふ				植物油		にんにく
		油揚げ						
エネルギー (kcal) (小) 662 (中) 799	白身魚フライ	パン粉 小麦粉	ホキ		豚汁	ごはん	ぶた肉	人参 玉ねぎ
		でん粉 植物油				きび和糖	生揚げ	白菜 たけのこ
						植物油 ごま		干し椎茸 長ねぎ
30日 (火)	かめうどん	うどん			コーンのつみみ揚げ	植物油	魚肉すり身(たら)	コーン
		きび和糖				でん粉 砂糖	鶏卵【5.32%】	玉ねぎ
		植物油						
エネルギー (kcal) (小) 620 (中) 800	五目煮	きび和糖	ぶた肉	しらたき	酢みぞあえ	きび和糖	わかめ	きゅうり 人参
		植物油	大豆	人参		ごま	みそ	こんにゃく

【献立表について】・牛乳(お茶)は毎日つきます。・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。
・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。・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。