

学校給食予定献立表



献立名	使用材料	グラム	き	あ	みどり	エネルギー (カロリー)	献立名	使用材料	グラム	き	あ	みどり	エネルギー (カロリー)
16日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	18日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			539	ぎゅうにゅう	こめ	70	○			537
ごはん	ぶたにく	25		○		小(高)	たきこみごはん	とりにく	10		○		小(高)
あつあげの	あつあげ	20		○		630	あげじゃがいも	うすあげ	8		○		640
ちゅうかふうに	キャベツ	20			○	中・高	のそぼろに	にんじん	10			○	793
ささみの	ちんげんさい	10			○	765	いしかりじる (石狩汁)	ほししいたけ	0.5			○	
ちゅうかサラダ	にんじん	10			○			うすくちしょうゆ	6				
ぶどうゼリー	たまねぎ	15			○			さけ・みりん	2				
	さといも	25	○					しお	0.1				
	しろねぎ	8			○			だしじる	0.35				
	ほししいたけ	0.5			○			とりミンチ	25		○		
	しょうが	0.5			○			じゃがいも	45	○			
	あぶら	1	○					あげあぶら	3	○			
	さとう	1.5	○					にんじん	10			○	
	しょうゆ	3.5						たまねぎ	15			○	
	とりがらスープ	8						たけのこ	15			○	
	かたくりこ	1.5						きやいんげん	10			○	
	ささみフレーク	10		○				しめじ	5			○	
	だいずもやし	15			○			あぶら	0.5	○			
	きゅうり	8			○			さとう	3	○			
	にんじん	8			○			しょうゆ	6				
	ホールコーン	5			○			さけ	2				
	かんてんこんにやく	0.8		○				みりん	2				
	ごまあぶら	2	○					だしじる	0.35				
	しょうゆ	3						かたくりこ	1				
	す	3						さけきりみ	30		○		
	さとう	1	○					とうふ	10		○		
	ぶどうゼリー	1個	○					だいこん・たまねぎ	10			○	
17日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	19日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめこパン	50	○			531	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			569
こめこパン	あじフライ	50	○	○		小(高)	ガパオライス	ぶたミンチ	50		○		小(高)
アジフライ	あげあぶら	3	○			611	ワンタンスープ	だいずのはな	5		○		668
だいこんと	だいこん	25			○	中・高	げんきヨーグルト	たまねぎ	30			○	816
きゅうりの	セロリ	5			○	751		にんじん	10			○	
ピクルス	にんじん	10			○			ピーマン	10			○	
カレースープ	きゅうり	10			○			あかパプリカ	10			○	
	りんごす	4						バジル	0.05			○	
	オリーブオイル	2						にんにく・しょうが	0.5			○	
	さとう	4	○					あぶら	1	○			
	しお	0.4						ごまあぶら	0.5	○			
	こしょう	0.03						トウバンジャン	0.23				
	ぶたにく	15		○				さけ・しょうゆ					
	たまねぎ	15			○			さとう	1	○			
	にんじん	8			○			しお・こしょう	0.2				
	こまつな	10			○			とりにく	10		○		
	ブロッコリー	20			○			ワンタン	5	○			
	にんにく	0.3			○			はくさい	15			○	
	しょうが	0.3			○			たまねぎ	15			○	
	あぶら	0.5	○					にんじん	5			○	
	ケチャップ	5						もやし	15			○	
	ウスターソース	1						あぶら	1	○			
	カレールウ	8	○					さけ	1				
	ソテードオニオン	3.5			○			しお・こしょう					
	とりがらスープ	10						とりがらスープ	10				
	カレーこ	0.03						げんきヨーグルト	1個		○		
いしかりじる 石狩汁													
北海道(石狩地方)の郷土料理で、主に鮭を使った味噌汁のことを言います。野菜もたくさん入っています。													

(仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。)

学校給食予定献立表

あき しよくざい
秋の食材が
たくさん使われているよ



献立名	使用材料	グラム	き	あ	みどり	エネルギー (カロリー)	献立名	使用材料	グラム	き	あ	みどり	エネルギー (カロリー)
22日(月)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	26日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	コッペパン	50	○			567	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			525
コッペパン	いちごジャム	1袋	○				ごはん	さのたまあじつけのり	1袋		○		小(高)
いちごジャム	ウインナー	30		○		小(高)	さのたま	とうふバーグ	50		○		607
ボイルウインナー	ケチャップ	9				647	あじつけのり	れんこん・にんじん	10		○		中・高
サッパリ	ローズハム	10		○		中・高	とうふバーグ	ささがきごぼう	15		○		742
ポテトサラダ	じゃがいも	25	○			841	れんこんの	つきこんにゃく	15	○			
ほうれんそうの	にんじん・きゅうり	10			○		きんぴら	あぶら	1	○			
コーンクリーム	オリーブオイル	2	○				しおとんじる	ごまあぶら	0.5	○			
スープ	レモンじる	0.5			○			さとう	1.5	○			
	しお・こしょう							しょうゆ・さけ					
	ベーコン	10		○				しろごま	1	○			
	ほうれんそう・にんじん	10			○			だしじる	0.1				
	たまねぎ	20			○			ぶたにく	25		○		
	クリームコーン	26			○			だいこん	20			○	
	とうにゅう	15		○				にんじん・しろねぎ	10			○	
	あぶら	0.5	○					こまつな	15			○	
	ホワイトルウ	7	○					あぶら	1	○			
	しろワイン	1						さけ・みりん	1				
	とりがらスープ	7						しおこうじ	6				
	しお・こしょう							しお・こしょう	0.2				
								だしじる	1.4				
24日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	29日(月)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	70	○			512	ぎゅうにゅう	パンキンパン	50	○			527
ごはん	ゆかり	1袋				小(高)	パンキンパン	たら	60		○		小(高)
ゆかり	うどん	60	○			597	しろみぎかなの	しお・こしょう・しろワイン				600	
とりしおうどん	とりにく	20		○		中・高	マヨネーズやき	エッグケアマヨネーズ	10	○			754
きといもと	うすあげ	10		○		723	ほうれんそうと	ほうれんそう	15		○		
やさいのおろしに	ちんげんさい	10			○		だいこんの	だいこん	30		○		
なしゼリー	たまねぎ	10			○		サラダ	にんじん	10		○		
	にんじん	8			○		ABCマカロニ	りんごす	3.6				
	えのきだけ	5			○		スープ	オリーブオイル	1.2	○			
	ごまあぶら	0.5	○					しお・こしょう	0.3				
	うすくちしょうゆ・みりん	0.5						さとう	1.2	○			
	しお・とりがらスープ							しょうゆ	0.5				
	ぶたにく	10		○				ウインナー	15		○		
	さといも	20	○					アルファベットマカロニ	6	○			
	だいこんおろし	10			○			キャベツ	15			○	
	はくさい	10			○			たまねぎ・にんじん	10			○	
	にんじん・しろねぎ	5			○			しろワイン・とりがらスープ				○	
	しめじ	5			○			しお・こしょう・やさいブイオン				○	
	しょうが	0.5			○								
	あぶら	0.5	○										
	うすくちしょうゆ	5.5											
	みりん・さけ	3											
	だしじる	0.35											
	なしゼリー	1個	○										
25日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	30日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	75	○			542	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			508
チキンライス	やさいブイオン	0.35				小(高)	やきとりどん	とりにく	60		○		小(高)
ウインナーと	とりにく	30		○		625	すましじる	しょうが	0.3			605	
やさいのスープ	たまねぎ	30			○	中・高		さけ・しお・こしょう					
こめこの	マッシュルーム	9			○	746		しろねぎ	20		○		
スイートポテト	オリーブオイル	3	○					たまねぎ	60		○		中・高
	ケチャップ	18						あぶら	1	○			747
	ウスターソース・しょうゆ							しょうゆ	3.8				
	しお・こしょう							さとう	2.5	○			
	ウインナー	10		○				みりん・さけ					
	たまねぎ	15						かたくりこ	0.8				
	にんじん・こまつな	8			○			うすあげ	8		○		
	ブロッコリー	20			○			はくさい	15			○	
	オリーブオイル	0.5	○					えのきだけ・にんじん	5			○	
	うすくちしょうゆ	0.5						あおねぎ	3			○	
	しろワイン	1						うすくちしょうゆ・さけ				○	
	とりがらスープ	11						しお	0.15			○	
	しお・こしょう							だしじる・だしこんぶ				○	
	やさいブイオン	0.35						さきみフレーク	10		○		
	こめこのスイートポテト	1個	○					キャベツ	25			○	
								こまつな	15			○	
								しろごま	1	○			
								さとう	3	○			
								しょうゆ	1				
								す	4				
								しお	0.2				

(仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。)