



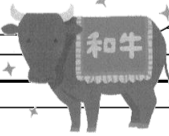
予定献立表



2020年 9月 幕別町幕別学校給食センター

日	曜	献立名	おもな食品とそのはたらき		
			熱や力になる(黄)	おもに体をつくる(赤)	おもに体の調子をととのえる(緑)
1	火	けんちんうどん	うどん 菜種油 砂糖	鶏肉 油揚げ かつおだし こんぶだし 醤油 さば削り節 にぼし	椎茸 ごぼう 大根 玉ねぎ 長ねぎ 人参
		牛乳		牛乳	
		揚げいもち	じゃがいも でん粉 砂糖 菜種油 水あめ	醤油	
		(中のみ) 型ぬきチーズ		チーズ	
2	水	やさいたっぷりひき肉カレーライス	じゃがいも 菜種油 ルウ(米粉・でん粉・砂糖)	豚ひき肉 白いんげん豆	玉ねぎ 人参 スッキーニ 赤ピーマン 黄ピーマン なす コーン にんにく トマト ルウ(かぼちゃ)
		(麦入りごはん) 牛乳	米 麦	牛乳	
		フルーツミックス			黄桃缶詰 バイン缶詰 ナタデココシロップ漬け
3	木	ごはん 牛乳	米	牛乳	
		みそ汁		わかめ 豆腐 かつおだし こんぶだし みそ	しめじ 長ねぎ
		てりやき肉だんご(ひとり2こ)	ラード 砂糖 菜種油	鶏肉 豚肉 大豆 小麦不使用醤油	玉ねぎ にんにく 生姜
		ごぼうサラダ	ドレッシング(小麦) 菜種油 醤油 砂糖 ごま油 大豆油	ドレッシング(乳・卵・大豆) 醤油 かつおエキス 卵白	レタス ごぼう トマト
4	金	卵パン 牛乳	卵パン	牛乳	
		パンプキンポタージュース	菜種油 ルウ(小麦粉・砂糖)	豚ベーコン 牛乳 生クリーム 白いんげん豆 ルウ(脱脂粉乳・チキンエキス)	かぼちゃ 玉ねぎ 人参
		ハンバーグ	ラード でん粉 じゃがいも 砂糖 大豆油	鶏肉 豚肉 大豆たんぱく	玉ねぎ トマト 野菜ペースト(人参・セロリ・にんにく)
		(ケチャップボトル)	砂糖		トマト 醸造酢(ぶどう果汁) 玉ねぎ
7	月	ごはん 牛乳	米	牛乳	
		すいとん汁	すいとん(小麦粉・でん粉) 砂糖	かつおだし こんぶだし 醤油 魚介エキス(カタクチイワシ)	大根 人参 こんにゃく 長ねぎ
		さばのみそ煮	小麦粉 グラニュー糖	さば みそ	
		五目豆	菜種油 砂糖	大豆 鶏肉 醤油	人参 ごぼう こんにゃく
8	火	みそコーンラーメン	ラーメン ラード 砂糖 ごま なたと(でん粉)	豚ひき肉 なたと(たら・いとよりすり身) みそ チキンエキス かつおエキス ポークエキス(大豆・ゼラチン)	もやし 玉ねぎ 長ねぎ 人参 メンマ コーン にんにく 生姜
		牛乳		牛乳	
		中華ツナサラダ	ドレッシング(砂糖・水あめ・香味油(小麦・大豆))・ごま油	ツナ(キハダマグロ) ドレッシング(オイスターエキス・チキンエキス・醤油)	キャベツ きゅうり ドレッシング(りんご酢・玉ねぎ・長ねぎ・生姜・にんにく)
		(中のみ) 紫いもチップス	さつまいも 砂糖 米油		
9	水	ごはん 牛乳	米	牛乳	
		みそ汁		高野豆腐 かつおだし こんぶだし みそ	大根 えのき茸 人参 長ねぎ
		しょうゆチキン(ひとり2こ)	でん粉(小麦) 大豆油	鶏肉 醤油	
		切干大根のオイスターソース炒め	ごま油 菜種油 オイスターソース(砂糖・でん粉・水あめ)	豚肉 醤油 オイスターソース(ホタテエキス・かきエキス・ほっけエキス) コチュジャン(みそ)	切干大根 もやし いら 生姜 にんにく コチュジャン(とうがらし)
10	木	豚肉どん	菜種油 砂糖 でん粉	豚肉 醤油	玉ねぎ こんにゃく インゲン
		(ごはん) 牛乳	米	牛乳	
		みそ汁		豆腐 かつおだし こんぶだし みそ	人参 白菜 長ねぎ
		和なしゼリー		寒天	なし果汁
11	金	あずきパン 牛乳	あずきパン	牛乳	
		サイコロコソスープ	さつまいも	黄大豆 青大豆 手亡豆 金時豆 豚ウィンナー 魚醤(ほっけ) チキンエキス	玉ねぎ 人参
		クリスピーチキン	小麦粉 でん粉 砂糖 大豆油 菜種油	鶏肉 大豆たんぱく 大豆粉 粉末醤油	にんにく
		ドレッシングサラダ	ドレッシング(菜種油・砂糖・香味油(バジル))		レタス きゅうり ドレッシング(玉ねぎ・トマト)
14	月	ポークハヤシライス	菜種油 ルウ(米粉・砂糖・でん粉)	豚肉 白いんげん豆	人参 玉ねぎ トマト にんにく
		(ごはん) 牛乳	米	牛乳	
		チーズマカロニサラダ	マカロニ 大豆油 バターオイル ラード	マヨネーズ(卵・大豆) チーズ クリーム 脱脂粉乳 チキンエキス	レタス
15	火	きつねうどん	うどん 菜種油 砂糖	鶏肉 油揚げ 醤油 かつおだし さば削り節 にぼし	椎茸 人参 玉ねぎ ほうれん草 長ねぎ
		オレンジジュース			オレンジ果汁
		バターコーンフライ	パン粉 じゃがいも 小麦粉 でん粉 バター 菜種油	パン粉(乳成分) ゼラチン 醤油	コーン
16	水	わかめごはん 牛乳	米 砂糖	牛乳 わかめ	
		みそ汁		豆腐 かつおだし こんぶだし みそ	人参 長ねぎ
		いわしの梅煮	水あめ でん粉 砂糖	いわし かつお節 醤油 こんぶだし	梅肉 梅酢
		じゃがいもと油揚げの煮物	じゃがいも 砂糖 菜種油	油揚げ 醤油	玉ねぎ 枝豆 生姜
17	木	中華ちらしどん	ラード 砂糖 でん粉	豚肉 チキンエキス 醤油	玉ねぎ 白菜 もやし 椎茸 きくらげ 生姜 にんにく
		(ごはん) 牛乳	米	牛乳	
		中華コーンスープ		チキンエキス	人参 長ねぎ コーン
		ぶどうゼリー	水あめ グラニュー糖		ぶどう果汁
18	金	バターパン 牛乳	バターパン	牛乳	
		オニオンスープ	菜種油	豚ウィンナー 魚醤(ほっけ) チキンエキス	玉ねぎ 人参
		焼き栗クロック	じゃがいも 栗 さつまいも 菜種油 パン粉 小麦粉 でん粉 砂糖		
		ペンネクリームソース	ペンネ(小麦粉) 菜種油 小麦粉 砂糖	豚ベーコン 脱脂粉乳 チキンエキス 粉チーズ	玉ねぎ 枝豆
23	水	ごはん 牛乳	米	牛乳	
		はるさめスープ	春雨	チキンエキス 醤油	白菜 人参 椎茸 長ねぎ
		焼きぎょうざ(ひとり2こ)	ラード ごま油 大豆油 菜種油 小麦粉	豚肉 鶏肉 大豆たんぱく 醤油 たらエキス(大豆・鶏・豚) 大豆粉	キャベツ いら 生姜
		(ぎょうざのタレ)	砂糖 ごま油	醤油 大豆たんぱく	玉ねぎエキス 生姜エキス
24	木	炒めナムル	ごま油 菜種油	豚肉 醤油 チキンエキス	玉ねぎ 人参 もやし にんにく
		ごはん 牛乳	米	牛乳	
		みそ汁		油揚げ かつおだし こんぶだし みそ	大根 長ねぎ
		厚巻たまご	砂糖 でん粉(小麦) 大豆油	卵 醤油 かつお節エキス 昆布	
25	金	牛すきやき煮	菜種油 砂糖	国産黒毛和牛 高野豆腐 醤油	こんにゃく 玉ねぎ 人参 椎茸 インゲン
		コッペパン 牛乳	コッペパン	牛乳	
		トマトシチュー	じゃがいも 菜種油 ルウ(小麦粉・砂糖)	鶏肉 白いんげん豆 ルウ(脱脂粉乳・チキンエキス)	玉ねぎ 人参 トマト
		メンチカツ	パン粉 砂糖 小麦粉 大豆油 菜種油	豚肉 鶏肉 大豆たんぱく 醤油	キャベツ 玉ねぎ
28	月	チーズサラダ	ドレッシング(菜種油・水あめ・砂糖)	チーズ	レタス きゅうり チーズ(バプリカ色素) ドレッシング(人参・トマト・ブルー)
		ごはん 牛乳	米	牛乳	
		さつまいも汁	さつまいも 菜種油	豚肉 かつおだし こんぶだし みそ	ごぼう 大根 玉ねぎ 人参 長ねぎ
		たらのガーリックフライ	パン粉 小麦粉 バター粉(小麦) 菜種油	真ダラ パン粉(大豆) バター粉(大豆)	
29	火	(しょうゆボトル)	小麦	大豆	
		おひたし	砂糖	かつお節 醤油 かつおエキス こんぶエキス カタクチイワシエキス	ほうれん草 もやし
		しょうゆラーメン	ラーメン ラード ごま油 香辛料(小麦) 砂糖 なたと(でん粉)	豚肉 わかめ なたと(たら・いとよりすり身) ポークエキス 大豆たんぱく 醤油	もやし 小松菜 玉ねぎ 人参 メンマ にんにく 長ねぎ りんご酢
		牛乳		牛乳	
30	水	パンパンジーサラダ	蒸し鶏(砂糖・でん粉) ドレッシング(砂糖・水あめ・香味油(小麦・大豆))・ごま油	蒸し鶏(鶏肉) ドレッシング(オイスターエキス・チキンエキス・醤油)	きゅうり レタス ドレッシング(りんご酢・玉ねぎ・長ねぎ・生姜・にんにく)
		チキンカレーライス	じゃがいも 菜種油 ルウ(米粉・砂糖・でん粉)	鶏肉 白いんげん豆	玉ねぎ にんじん トマト にんにく ルウ(かぼちゃ)
		(麦入りごはん) 牛乳	米 麦	牛乳	
		ももとミルクゼリー和え	ミルクゼリー(水あめ・砂糖)	ミルクゼリー(牛乳・脱脂粉乳・加糖練乳)	黄桃缶詰

道産牛肉学校給食提供推進事業により北海道から無償で提供されます。第2回目は24日(木)の「牛すきやき煮」に160kg使用します。お楽しみに♪



※材料の都合で、献立の一部を変更することがありますのでご了承願います。

