



# きゅうしょくだより

2019年 8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 働 き		
		熱や力になる	おもに体をつくる	体 の 調 子 を 整 え る
20 火	とんこつラーメン	ラーメン 豚脂 たれ(小麦)	豚肉 きくらげ たれ(ホク・チキンエキス オイスターソース 醤油 セラチン)	人参 たまねぎ 白菜 もやし メンマ にんにく 長ねぎ
	牛乳		牛乳	
	焼きょうざ(小・中 2個)	豚脂 大豆油 ごま油 小麦粉	豚肉 鶏肉 大豆粉 醤油	キャベツ にら 生姜
	ぎょうざのたれ	砂糖 ごま油 菜種油	醤油	オニオンエキス 生姜エキス
	なめらかプリン	水あめ 粉あめ 砂糖 でん粉		
21 水	麦入りごはん	ごはん 米粒麦		
	牛乳		牛乳	
	ボークカレー	じゃがいも 菜種油	豚肉 白いんげん豆	人参 たまねぎ にんにく ルウ(トマトペースト・パンブキンパウダー)
	白玉とフルーツのゼリーあえ	上新粉 砂糖 でん粉		黄桃・和梨・みかん(すべてシロップ漬)
22 木	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
	みそ汁		油揚 かつお・昆布だし みそ	キャベツ えのき草 長ねぎ
	小樽産ほっけフライ	パン粉(小麦)小麦粉 菜種油	ほっけ パン粉(大豆)	
	ごぼうと牛肉の炒め物	ごま油 砂糖	牛肉 醤油	ごぼう しらたき 枝豆
	こんぶと抹茶のふりかけ	煎米 砂糖 でん粉	昆布 のり	抹茶
23 金	卵パン 牛乳	卵パン	牛乳	
	コーンポタージュ	菜種油 ルウ(小麦粉・砂糖)	若鶏むね肉 牛乳 ルウ(脱脂粉乳・チキンエキス) コンソメ(ホッケ)	ホールコーン クリームコーン たまねぎ コンソメ(トマト・オニオン・人参パウダー)
	てりやき肉だんご(小1個・中2個)	豚脂 砂糖 米パン粉 菜種油	鶏肉 豚肉 醤油(大豆)	たまねぎ 生姜 にんにく
	ツナサラダ		シーチキン(まぐろ)	きゅうり レタス ドレッシング(レモン・パイン果汁)
26 月	わかめごはん	ごはん	わかめ	
	牛乳		牛乳	
	みそ汁		油揚 かつお・昆布だし みそ	小松菜 大根 えのき草 長ねぎ
	手羽元やわらか煮込み	砂糖	鶏手羽元 醤油	
	大豆とれんこんの甘みそ炒め	菜種油 砂糖	大豆 醤油 みそ	人参 れんこん しいたけ つきこんにゃく 椎茸 いんげん
27 火	きのこうどん	うどん 菜種油	鶏肉 かつお・昆布だし つゆ(醤油・さば節・にほし)	人参 たまねぎ 白菜 なめこ しめじ 椎茸 長ねぎ
	牛乳		牛乳	
	きたあかりコロッケ	じゃがいも パン粉(小麦)小麦粉	パン粉(乳製品・大豆) 牛肉	たまねぎ
	和梨ゼリー		寒天	梨果汁
28 水	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
	みそ汁		高野豆腐 かつお・昆布だし みそ	人参 大根 たもぎ草 長ねぎ
	中華しゅうまい(小1個・中2個)	小麦粉 大豆油 ごま油 豚脂	鶏肉 卵白 ボークエキス パン粉(乳)大豆たん白	たまねぎ キャベツ 生姜
	チンジャオロース	砂糖 でん粉 ごま油	豚肉 醤油 オイスターソース(かき、ほたて・ほっけエキス)	たけのこ たまねぎ ピーマン 赤ピーマン 生姜 にんにく
29 木	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
	すまし汁	つゆ(小麦・砂糖)	豆腐 わかめ かつおだし 醤油 つゆ(かつお節、かつお・まぐろエキス)	人参 白菜 長ねぎ
	いわし梅煮	水あめ 砂糖 でん粉	いわし かつお節 昆布だし 醤油	梅酢 梅煮ペースト
	含め煮	がんも(ごま)砂糖 菜種油	がんも(おから・大豆たん白) 鶏肉 かつおだし 醤油	こんにゃく 人参 いんげん 椎茸
30 金	黒糖パン 牛乳	黒糖パン	牛乳	
	クラムチャウダー	じゃがいも 菜種油 ルウ(小麦粉)	あさり ルウ(脱脂粉乳・チキンエキス) コンソメ(ホッケ) 牛乳	人参 たまねぎ コンソメ(トマト・オニオン・人参パウダー)
	トマトミートオムレツ	大豆油	鶏卵 鶏肉	トマトピューレ たまねぎ
	コーンのカレーマヨサラダ	マヨネーズ(大豆油)	マヨネーズ(大豆たん白)	コーン 枝豆

骨つきの肉なので  
じょうずに食べてね

めんが細  
くなります

※ 材料の都合で、献立の一部を変更することもありますのでご了承ください。