



予定献立表

2020年 5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		
			おもに熱や力になる(黄)	おもに体をつくる(赤)	おもに体の調子をととのえる(緑)
7	木	ごはん 牛乳	米	牛乳	
		かきたま汁		豆腐 鶏卵 かつおだし こんぶだし 魚介エキス(カタクチイワシ) 醤油	長ねぎ 人参
		白身魚フライ (ポトルしょうゆ)	小麦粉 菜種油 でん粉 やまいも 小麦	ホキ 大豆	
		ほうれん草のごまみそ和え	砂糖 いりごま すりごま ねりごま	まぐろ水煮 醤油 みそ	もやし ほうれん草
8	金	ごはん 牛乳	米	牛乳	
		かぼちゃのシチュー	菜種油 ルウ(小麦粉・砂糖・コーンスターチ・ラード)	鶏肉 牛乳 ルウ(脱脂粉乳・全粉乳・大豆たんぱく・ホークエキス) 白いんげん豆	玉ねぎ 人参 かぼちゃ
		こいのぼりハンバーグ (ポトルケチャップ)	砂糖 ラード	鶏肉 豚肉 大豆たんぱく	玉ねぎ にんにく しょうが
11	月	ジャーマンポテト	じゃがいも	豚ベーコン チキンエキス	玉ねぎ
		ポークカレーライス (麦入りごはん) 牛乳	じゃがいも 菜種油 ルウ(米粉・砂糖・でん粉) 米 麦	豚肉 白いんげん豆 牛乳	玉ねぎ 人参 トマト ルウ(かぼちゃ・にんにく)
		ドレッシングサラダ	ドレッシング(砂糖・なたね油・バジル油)		キャベツ きゅうり ドレッシング(玉ねぎ・トマト)
12	火	ぶたすきどん (ごはん)	菜種油 砂糖 米	豚肉 ちくわ(スケソウダラ・ホキ・エソ・イトヨリダイ・ホッケ・グチ・タチウオ・ヒイラギ・シロガネダラ・ハモ・キダイ・サツパ・キントキダイ) 醤油	こんにゃく たまねぎ 人参 しいたけ
		牛乳		牛乳	
		みそ汁		油揚げ かつおだし こんぶだし みそ	人参 白菜 長ねぎ
13	水	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	えのきだけ 長ねぎ
		焼きぎょうざ(ひとり2こ)	大豆油 ごま油 小麦粉 ラード	豚肉 鶏肉 チキンエキス ポークエキス 大豆粉 醤油	キャベツ たら 生姜
		(ぎょうざのたれ)	砂糖 菜種油 ごま油	醤油 大豆たんぱく	エキス(生姜・玉ねぎ)
14	木	ダッカルビ	さつまいも 菜種油 砂糖 ごま油 ごま	鶏肉 みそ 醤油 豆板醤(そら豆)	キャベツ 玉ねぎ にんにく 生姜
		ごはん 牛乳	米	牛乳	
		中華野菜スープ	ラード 砂糖 ポークエキス(小麦) なたね油(でん粉)	醤油 ポークエキス チキンエキス オイスターソース ゼラチン なたね油(たら・いとより)	たら 人参
		野菜の中華炒め	ラード でん粉	豚ひき肉 チキンエキス	メンマ 玉ねぎ もやし にんにく
15	金	ハンパンジーサラダ	ドレッシング(砂糖・水あめ・ごま油・大豆油・香味食用油(小麦))	鶏ささみ肉 ドレッシング(チキンエキス・醤油・オイスターエキス) 寒天	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) エキス(人参・白菜・セロリ・まいだけ)
		たまごパン 牛乳	たまごパン	牛乳	
		ハンバーグ (ポトルケチャップ)	ラード 砂糖	鶏肉 豚肉 大豆たんぱく	玉ねぎ にんにく しょうが
		せんきゃべツ			トマト 玉ねぎ 醸造酢(ぶどう果汁)
		かぼちゃもちのクリームスープ	かぼちゃもち(じゃがいも・でん粉) 菜種油 ルウ(小麦粉・でん粉・砂糖・醤油加工品・野菜パウダー)	牛乳 ルウ(乳製品・バターミルクパウダー・チーズ・脱脂粉乳・チキンエキス) 魚醤(ほっけ) 白いんげん豆	かぼちゃ 玉ねぎ 人参
18	月	冷凍パイ			パイナップルシロップ漬け
		ごはん 牛乳	米	牛乳	
		はるさめスープ	春雨(えんどうでん粉) 肉だんご(砂糖・菜種油・ラード)	肉だんご(鶏肉・豚肉・大豆たんぱく) チキンエキス 醤油	人参 しいたけ 長ねぎ しょうが 肉だんご(玉ねぎ・にんにく)
		えびしゅうまい(小1こ、中2こ)	小麦粉 でん粉 じゃがいも 砂糖 ラード	タチウオすり身 えび 卵白 大豆粉 チキンエキス ポークエキス かにエキス えびエキス ゼラチン	玉ねぎ しょうが
		(ポトルしょうゆ)	小麦	大豆	
19	火	マーボー豆腐	菜種油 砂糖 でん粉 ごま油 発酵調味料(小麦) 水あめ	豚ひき肉 厚揚げ みそ 醤油 豆板醤(大豆) 豆鼓醤(大豆)	たら 玉ねぎ 生姜 にんにく
		かき揚げうどん	うどん 菜種油 砂糖	鶏肉 かつおだし こんぶだし 醤油 かつお節 さば節 にほし	しいたけ たけのこ 小松菜 玉ねぎ 人参 長ねぎ
		牛乳		牛乳	
		野菜かき揚げ ヨーグルト	小麦粉 菜種油 砂糖	大豆たんぱく 脱脂粉乳 クリーム 全粉乳 ゼラチン 寒天	玉ねぎ 人参 ごぼう しゅんぎく
20	水	ごはん 牛乳	米	牛乳	
		味つけのり	砂糖	のり こんぶエキス かつお節エキス いりごエキス	しいたけエキス
		みそ汁		かつおだし こんぶだし みそ	人参 玉ねぎ えのきだけ 長ねぎ
		とりつくね焼き	パン粉 でん粉 砂糖 タレ(水あめ・砂糖)	鶏肉 大豆たんぱく 乳成分 卵白 鶏皮 かつお節エキス タレ(醤油)	玉ねぎ ごぼう 人参 れんこん しょうが
21	木	おひたし	砂糖	かつお節 醤油 魚介エキス(カタクチイワシ) こんぶエキス	小松菜 もやし
		ごはん 牛乳	米	牛乳	
		あさりの潮汁		あさり わかめ こんぶだし かつおだし 魚介エキス(カタクチイワシ) 醤油 油揚げ	キャベツ
		かぼちゃひき肉フライ	パン粉 でん粉 砂糖 小麦粉 ラード 菜種油	豚肉 大豆たんぱく 醤油	かぼちゃ 玉ねぎ
22	金	がんもどきの煮物	菜種油 砂糖 がんもどき(上新粉・ごま)	鶏肉 がんもどき(おから) かつおだし 醤油	人参 こんにゃく
		チョコチップパン 牛乳	チョコチップパン	牛乳	
		キャベツのバタースープ	バター	豚ベーコン チキンエキス 魚醤(ほっけ)	キャベツ 人参
		ミートオムレツ	でん粉 砂糖 ラード	鶏卵 鶏肉 大豆たんぱく 醤油 ポークエキス	玉ねぎ 人参
25	月	にんじんツナサラダ	ドレッシング(砂糖・なたね油・バジル油)	ツナ(キハダマグロ)	玉ねぎ 人参 ドレッシング(トマト)
		ごはん 牛乳	米	牛乳	
		サムゲタンスープ	菜種油	鶏肉 チキンエキス	大根 人参 長ねぎ しょうが しめじ にんにく
		照焼き肉だんご(ひとり2こ)	ラード 砂糖 菜種油	鶏肉 豚肉 大豆 タレ(小麦不使用醤油)	玉ねぎ にんにく しょうが
26	火	ごぼうサラダ	ごま油 大豆油 砂糖 ドレッシング(小麦)	ドレッシング(卵・乳成分・大豆) 醤油 かつおエキス 卵白	ごぼう レタス 調味料(トマト)
		塩ラーメン	ラーメン ラード 砂糖	豚肉 昆布 チキンエキス ポークエキス かつおエキス 醤油 大豆成分	玉ねぎ 人参 もやし 長ねぎ にんにく しょうが
		牛乳		牛乳	
		たこやき	小麦粉 揚げ玉 大豆油 菜種油 砂糖	たこ かつおだし汁 かつお節エキス	キャベツ 長ねぎ しょうが
27	水	ストロベリームース (中のみ) サキサキチーズ	砂糖 ショートニング 粉あめ	豆乳 ゼラチン	いちご砂糖漬け
		生乳		生乳	
		ごはん 牛乳	米	牛乳	
		みそ汁	砂糖 でん粉	豆腐 わかめ かつおだし こんぶだし みそ	人参 長ねぎ
28	木	さばのみそ煮		さば みそ	
		切干大根煮	菜種油 砂糖 ちくわ(でん粉)	ちくわ(スケソウダラ・ホキ・エソ・イトヨリダイ・ホッケ・グチ・タチウオ・ヒイラギ・シロガネダラ・ハモ・キダイ・サツパ・キントキダイ) ひじき 醤油	切干大根 人参 しいたけ
		まめなカレーライス (麦入りごはん)	菜種油 ルウ(米粉・でん粉・砂糖) 大豆油 米 麦	鶏ひき肉 大豆 白いんげん豆	玉ねぎ トマト ルウ(かぼちゃ・にんにく)
		牛乳		牛乳	
29	金	マスカットゼリー和え (中のみ)アーモンド	アーモンド		ゼリー(マスカット果汁) バイン缶詰
		コッパパン 牛乳	コッパパン	牛乳	
		ジュリアンスープ		チキンエキス 魚醤(ほっけ)	キャベツ 玉ねぎ 人参
		野菜メンチカツ	でん粉 パン粉 小麦粉 大豆油 菜種油 砂糖	豚肉 大豆たんぱく	玉ねぎ コーン 人参 キャベツ ほうれん草
アスパラとウィンナーの炒めもの	砂糖 コーンスターチ	昆布エキス	トマト テーツ 玉ねぎ		
		オリーブ油 ウィンナー(でん粉・ラード・砂糖)	ウィンナー(豚肉・紅菜) チキンエキス	グリーンアスパラガス コーン	

※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。

※7日(木)、8日(金)が臨時休校になった場合は、7日(木)の献立を11日(月)、8日(金)の献立を12日(火)に提供します。その際は11日(月)と12日(火)の献立は実施しません。