



予 定 献 立 表



2020年 7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のえる(緑)
1	水	ピピンごはん (ごはん) 牛乳	菜種油 砂糖 ごま油 ごま 米	豚ひき肉 醤油 牛乳	人参 ほうれん草 もやし にんにく 生姜
		わかめスープ		わかめ チキンエキス	大根 人参 長ねぎ
		ヨーグルト	砂糖	脱脂粉乳 クリーム セラチン 寒天	
2	木	チキンカレーライス (麦入りごはん) 牛乳	じゃがいも 菜種油 大豆油 ルウ(米粉・砂糖・でん粉) 米 麦	鶏肉 白いんげん豆 牛乳	玉ねぎ 人参 トマト にんにく ルウ(かぼちゃ)
		いちごゼリー和え	ゼリー(砂糖)		ゼリー(いちご果汁) 黄桃缶詰
3	金	ミルクペーパーパン 牛乳	ミルクペーパーパン	牛乳	
		ほうれん草とウィンナーのスープ	ウィンナー(でん粉・砂糖・ラード)	ウィンナー(豚肉・紅藻粉末) チキンエキス 魚醤(ほっけ)	玉ねぎ 人参 ほうれん草
		星のハンバーグ	砂糖 ラード	鶏肉 大豆たんぱく 豚肉	玉ねぎ にんにく 生姜
6	月	パンネポロネーゼ	パンネ(小麦) 菜種油 砂糖 大豆油 マーガリン(乳) バター ビーフエキス(小麦)	豚ひき肉 牛肉 大豆たんぱく	玉ねぎ 枝豆 トマト 人参 にんにく りんごエキス レモン果汁
		ごはん 牛乳	米	牛乳	
		みそ汁		かつおだし こんぶだし みそ	人参 玉ねぎ えのき茸 長ねぎ
7	火	とりつくね焼き	パン粉(小麦・乳・大豆) でん粉 砂糖 タレ(砂糖・水あめ)	鶏肉 大豆たんぱく 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 生姜
		がんもどきの煮物	砂糖 菜種油 がんもどき(上新粉・ごま)	がんもどき(おから・大豆たんぱく) かつおだし 醤油	人参 こんにゃく
		しおラーメン	ラーメン ラード なた(でん粉) 砂糖	豚肉 昆布 なた(たら・いとよりすり身) 醤油 ポークエキス チキンエキス かつおエキス	玉ねぎ 人参 もやし 長ねぎ にんにく しょうがエキス
8	水	牛乳		牛乳	
		ポテトコロッケ (ポトルソース)	じゃがいも ラード 砂糖 パン粉(小麦・大豆) 小麦粉 でん粉 菜種油 砂糖	鶏肉 豚肉 昆布	玉ねぎ トマト テーツ 玉ねぎ
		ごはん 牛乳	米	牛乳	
9	木	はるさめスープ	はるさめ 肉だんご(ラード・砂糖・菜種油)	肉だんご(鶏肉・豚肉・大豆たんぱく) チキンエキス 醤油	人参 椎茸 生姜 肉だんご(玉ねぎ・にんにく)
		えびしゅうまい	ラード 小麦粉 でん粉 じゃがいも 砂糖	たちうすり身 えび 卵白 セラチン 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	玉ねぎ 生姜
		(ポトルしょうゆ)	小麦	大豆	
10	金	マーボー豆腐	菜種油 砂糖 でん粉	厚揚げ 豚ひき肉 みそ コチュジャン(みそ) 醤油	にら 玉ねぎ 生姜 にんにく
		ごはん 牛乳	米	牛乳	
		みそけんちん汁	菜種油	豆腐 こんぶだし かつおだし みそ	人参 ごぼう 大根 こんにゃく 長ねぎ
13	月	木川商店のどろぶたメンチカツ	パン粉(小麦・大豆) でん粉 コーン粉末 菜種油	豚肉(幕別産どろ豚) 大豆たんぱく 衣(乳・大豆成分) 調味タレ(豚エキス・鶏エキス)	玉ねぎ
		(ポトルソース)	砂糖	昆布	トマト テーツ 玉ねぎ
		もやしのごま酢和え	すりごま ごま油 砂糖 酢(小麦)	醤油	もやし ほうれん草
14	火	コッパパン 牛乳	コッパパン	牛乳	
		コーンクリームシチュー	じゃがいも ルウ(小麦粉・砂糖・でん粉)	鶏肉 魚醤(ほっけ) チキンエキス ルウ(脱脂粉乳・チーズ・醤油加工品・ミルクパウダー)	玉ねぎ 人参 コーン
		スパニッシュオムレツ (ポトルケチャップ)	でん粉 米油 ひまわり油 砂糖	鶏卵 かつおだし(小麦) 鶏肉 醤油	かぼちゃ りんご酢 トマト 醸造酢(ぶどう果汁) 玉ねぎ
15	水	ツナサラダ	ドレッシング(水あめ・砂糖・香味植物油(小麦)ごま油)	キハダマグロ ドレッシング(醤油・チキンエキス・オイスターエキス)	キャベツ きゅうり ドレッシング(玉ねぎ・長ねぎ・にんにく・生姜・りんご酢)
		ごはん 牛乳	米	牛乳	
		みそ汁		わかめ かつおだし こんぶだし みそ	しめじ 大根 長ねぎ
16	木	さんまのしょうが煮	砂糖 米粉	さんま 醤油 オイスターソース 風味調味料(小麦・大豆・鶏) 寒天	生姜 にんにく
		じゃがいものそぼろあん煮	じゃがいも 菜種油 砂糖 でん粉	鶏ひき肉 醤油	玉ねぎ
		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 かつお節 しばり節 にほし 醤油	小松菜 玉ねぎ 人参 長ねぎ 椎茸
17	金	牛乳		牛乳	
		野菜かき揚げ	小麦粉 菜種油	大豆たんぱく	玉ねぎ 人参 ごぼう しゅんぎく
		すいかゼリー	水あめ 砂糖 でん粉		すいか果汁
20	月	ごはん 牛乳	米	牛乳	
		みそ汁		かつおだし こんぶだし みそ	大根 小松菜 長ねぎ
		いろいろたまご焼き	大豆油 砂糖	鶏卵 豚肉 醤油 かつお節だし セラチン 昆布 魚介エキス(かつお・小麦)	人参 玉ねぎ ほうれん草
21	火	きんぴらごぼう	菜種油 砂糖	豚肉 醤油 かつおだし	ごぼう 人参 こんにゃく
		ポークトマトカレーライス (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 トマト ルウ(かぼちゃ・にんにく)
		グリーンサラダ	ドレッシング(菜種油・砂糖・バジル油)		キャベツ きゅうり 枝豆 ドレッシング(玉ねぎ・トマト)
22	水	卵パン 牛乳	卵パン	牛乳	
		マカロニスープ	マカロニ(小麦) ウィンナー(でん粉・砂糖・ラード)	ウィンナー(豚肉・紅藻粉末) チキンエキス 魚醤(ほっけ) ひよこ豆	人参 玉ねぎ
		ハンバーグ (ポトルケチャップ)	ラード 砂糖	鶏肉 大豆たんぱく 豚肉	玉ねぎ にんにく 生姜 トマト 醸造酢(ぶどう果汁) 玉ねぎ
27	月	にんじんサラダ	ドレッシング(大豆油・砂糖)	キハダマグロ ドレッシング(大豆たんぱく) 醤油	人参
		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	なめこ 人参 長ねぎ
28	火	チキンみそカツ	パン粉(小麦・大豆) 小麦粉 米粉 でん粉 大豆油 菜種油	鶏肉 みそ 豚肉エキス 大豆たんぱく	
		おひたし	砂糖	醤油 かつお節 昆布エキス 魚介エキス(カタクチイワシ)	小松菜 もやし
		みそとんこつラーメン	ラーメン ラード 砂糖 ごま	豚ひき肉 醤油 ポークエキス チキンエキス オイスターソース セラチン かつお風味調味料 みそ	メンマ 玉ねぎ 長ねぎ 人参 もやし にんにく 生姜
29	水	牛乳		牛乳	
		たこ焼き	小麦粉 揚げ玉(小麦) 大豆油 菜種油 砂糖	かつおだし汁(小麦) たこ かつお節エキス	キャベツ 長ねぎ しょうが酢漬け
		ふたキム丼 (麦入りごはん) 牛乳	菜種油 砂糖 でん粉 米 麦	豚肉 みそ 醤油 コチュジャン(みそ) 牛乳	玉ねぎ にら もやし 白菜
30	木	みそ汁	じゃがいも	わかめ かつおだし こんぶだし みそ	長ねぎ
		冷凍パイ			パイシロップ漬け
		ビーフストロガノフ (ごはん) 牛乳	砂糖 菜種油 ルウ(米粉・でん粉) 米	牛肉 白いんげん豆 魚醤(ほっけ) チキンエキス 生クリーム	玉ねぎ 人参 にんにく トマト
31	金	コーンサラダ (中のみ) 骨太チーズ	ドレッシング(菜種油・砂糖)	ドレッシング(醤油・チキンエキス) ナチュラルチーズ	コーン キャベツ ドレッシング(コーン・玉ねぎ・セロリ)
		カレーうどん	うどん 菜種油 牛脂 ラード でん粉 砂糖 小麦粉	豚肉 油揚げ 醤油 ポークエキス チキンエキス 大豆たんぱく 魚醤 いわしエキス かつお節エキス こんぶエキス 魚介エキス(カタクチイワシ)	玉ねぎ 長ねぎ 人参 小松菜 マッシュルームエキス 白菜エキス
		牛乳		牛乳	
31	金	チーズちくわ磯辺揚げ	でん粉 粉あめ ラード 小麦粉 菜種油	たらすり身 チーズ あおさ 大豆成分	生姜 かぼちゃ
		プリンタルト	小麦粉 マーガリン(乳) 砂糖	鶏卵 脱脂粉乳	
		ごはん 牛乳	米	牛乳	
31	金	豚汁	菜種油	豚肉 かつおだし こんぶだし みそ	ごぼう 大根 長ねぎ 人参 白菜 生姜
		肉じゃがコロッケ	じゃがいも パン粉 砂糖 牛脂 小麦粉 大豆油 菜種油	牛肉 醤油 大豆たんぱく 香辛料(豚肉成分)	玉ねぎ
		高野豆腐の煮物	菜種油 砂糖	高野豆腐 醤油 かつお節 いわし削り節	人参 こんにゃく
31	金	ごはん 牛乳	米	牛乳	
		みそ汁		あさり わかめ かつおだし こんぶだし みそ	キャベツ 人参 えのき茸 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
31	金	ごまよ和え	ねりごま ドレッシング(ごま油・砂糖・水あめ・ごま) ハム(ラード・粉あめ)	ハム(豚肉・鶏肉・卵白・こんぶエキス・かつお節エキス) 醤油	切干大根 きゅうり
		黒糖パン 牛乳	黒糖パン	牛乳	
		ミネストローネスープ	砂糖	黄大豆 青大豆 手亡豆 金時豆 豚ベーコン 魚醤(ほっけ) チキンエキス	キャベツ 人参 玉ねぎ トマト
31	金	てりやき肉だんご(ひとり2こ)	砂糖 菜種油 ラード	鶏肉 豚肉 大豆 小麦不使用醤油	玉ねぎ にんにく 生姜
		かぼちゃサラダ	じゃがいも マヨネーズ(卵・大豆) ハム(ラード・粉あめ) 砂糖 ドレッシング(大豆油)	ハム(豚肉・鶏肉・卵白・こんぶエキス・かつお節エキス) 卵黄 ドレッシング(大豆たんぱく)	かぼちゃ

※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。

