

きゅうしよくだより

2017年 6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
1 木	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
	わかめスープ		わかめ チキンエキス	人参 もやし 長ねぎ
	マーボー豆腐	菜種油 砂糖 でん粉	豆腐 豚ひき肉 みそ 醤油 チキンエキス	人参 たら たけのこ 生姜 にんにく
	しゅうまい (小2個 中2個)	豚脂 小麦粉 ごま油	豚肉 大豆 醤油 ポークエキス かたくちいわし	たまねぎ 生姜
2 金	黒糖パン 牛乳	パン	牛乳	
	クラムチャウダー	じゃがいも 菜種油 小麦粉	あさり 牛乳 脱脂粉乳 チキンエキス	人参 たまねぎ
	ほうれん草オムレツ	大豆油	卵	ほうれん草
	野菜サラダ	大豆油		レタス きゅうり ドレッシング (りんご・オレンジ)
5 月	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
	みそ汁		油揚 かつおだし 昆布だし みそ	人参 小松菜 えのき茸 長ねぎ
	照焼肉団子 (小2個 中2個)	砂糖 米パン粉	鶏肉 豚肉 大豆	たまねぎ 生姜 にんにく
	幕別産アスパラとウインナーの炒めもの よくかむふりかけ海の恵み	煎り米	ポークウインナー わかめ ひじき かつお節	グリーンアスパラガス コーン (十勝産) 梅
6 火	きのこうどん	うどん 菜種油	鶏肉 かつおだし 昆布だし さば節 にぼし 醤油	人参 たまねぎ 長ねぎ 干しいたけ まいたけ しめじ
	牛乳		牛乳	
	米粉のししゃも唐揚 (小・中2本)	米粉 でん粉 大豆油	子持ちししゃも 大豆	
	キシリトール入り果物ゼリー	砂糖		りんご果汁 レモン果汁
7 水	麦入りごはん 牛乳	ごはん 米粒麦	牛乳	
	ポークカレー	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
	ミネラルたっぷりサラダ	砂糖 菜種油	くさわかめ まぐろ水煮 醤油	枝豆 キャベツ きゅうり
8 木	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
	みそ汁		油揚 かつおだし 昆布だし みそ	白菜 たもぎ茸 長ねぎ
	若鶏のごまてり焼	鶏肉 パン粉 (小麦) ごま	かたくちいわしエキス チキンエキス パン粉 (乳・大豆) 醤油 ポークエキス	
	じゃがいもとふきの煮物 ひじき入りのの佃煮	じゃがいも 菜種油 砂糖 砂糖 水あめ	豚肉 醤油 ひじき のり 醤油	人参 ふき
9 金	チョコチップパン 牛乳	パン	牛乳	
	野菜ミックスボールスープ		野菜ミックスボール (たら・いわし) ほっけエキス チキンエキス	野菜ミックスボール (人参・ほうれん草) キャベツ たまねぎ
	えびフライ (小・中2本) ソースボトル	パン粉 小麦粉 菜種油	えび 卵	
	ごぼうサラダ	マヨネーズ (大豆油)	鶏ささみ マヨネーズ (大豆)	コーン (十勝産) ごぼう 人参 マヨネーズ (りんご酢)
12 月	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
	すまし汁		うすら卵 かつおだし 醤油 魚介エキス (まぐろ)	人参 長ねぎ 小松菜
	豚肉のみそ炒め	菜種油 砂糖	豚肉 みそ 醤油	たまねぎ ピーマン 生姜 にんにく
	おひだし		かつお節 醤油	白菜 もやし
13 火	しょうゆラーメン	ラーメン ラード ごま油 大豆油	豚肉 ポークエキス チキンエキス 醤油 かつおエキス	人参 たまねぎ メンマ 長ねぎ もやし きくらげ
	牛乳		牛乳	
	焼きようざ (ぎょうざのタレ) (小中 2個)	小麦粉 豚脂 ごま油	鶏肉 豚肉 大豆 醤油 卵白	キャベツ たまねぎ たら
	ブルーベリーゼリー			ブルーベリー
14 水	そぼろ丼のごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
	そぼろ丼の具	砂糖	豚ひき肉 醤油	生姜
	けんちん汁		豆腐 かつおだし 醤油 魚介エキス (まぐろ)	人参 大根 ごぼう つきこんにゃく 長ねぎ
	ほうれん草とえのき茸のごまみそ和え	ごま 砂糖	醤油 みそ	ほうれん草 えのき茸
15 木	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
	もずく汁		もずく かつおだし 昆布だし みそ	人参 まいたけ 白菜 長ねぎ
	たまご焼	砂糖 大豆油	鶏卵 魚醤 (鮭) かつおエキス ゼラチン	
	鶏肉とチンゲン菜のオイスターソース炒め	菜種油 砂糖	鶏肉 醤油 魚介エキス (ほたて・かき・ほっけ)	たまねぎ チンゲン菜 人参 しめじ にんにく 生姜
16 金	卵パン みかんジュース	パン		みかんジュース (みかん オレンジ)
	ビーフシチュー	じゃがいも 小麦粉 大豆油 菜種油	牛肉 白いんげん豆 チキンエキス ポークエキス 生クリーム	人参 たまねぎ 十勝産マッシュルーム
	チキンチーズ焼	パン粉 砂糖	鶏肉 チーズ 大豆 醤油	赤ピーマン パセリ
	コールスローサラダ	大豆油 酢 (小麦)	卵黄	キャベツ きゅうり レモン果汁
19 月	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
	実だくさん汁		油揚 かつおだし 昆布だし みそ	小松菜 大根 たまねぎ 人参 長ねぎ
	さんま梅煮		さんま 醤油	梅
	マヨきんぴら	マヨネーズ (大豆油) ごま 菜種油	鶏肉 マヨネーズ (大豆) 醤油	人参 ごぼう マヨネーズ (りんご酢)
20 火	カレーうどん	うどん 菜種油 ルウ (小麦粉 豚脂)	豚肉 醤油 ポークエキス チキンエキス かつおエキス	人参 たまねぎ 小松菜 長ねぎ
	牛乳		牛乳	
	枝豆コロッケ	じゃがいも 小麦粉 大豆油	醤油 大豆	枝豆
	プリンタルト	小麦粉	鶏卵 乳	
21 水	ハヤシライスのごはん 牛乳	ごはん 米粒麦	牛乳	
	ハヤシライスの具	菜種油	牛肉	人参 たまねぎ 十勝産マッシュルーム にんにく
	フルーツとゼリーのあえもの			白桃缶 (国産) バイン缶 (沖縄) カットゼリー (長野県ぶどう)
22 木	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
	みそ汁	じゃがいも	わかめ かつおだし 昆布だし みそ	たまねぎ えのき茸 長ねぎ
	クリスピーチキン	小麦粉 大豆油	鶏肉 醤油 大豆	
	豚肉と切干大根のカレー煮	砂糖 菜種油	豚肉 醤油	人参 切干大根
23 金	あずきパン 牛乳	パン	牛乳	
	チンゲン菜のクリーム煮	菜種油 小麦粉	ベーコン 白いんげん豆 生クリーム 牛乳 ポークエキス チキンエキス ホックエキス	人参 たまねぎ チンゲン菜
	北海道産カボチャロールフライ	パン粉 小麦粉	魚肉すり身 乳 大豆 醤油 卵	かぼちゃ たまねぎ りんご
	マンゴー (1人 1パック)			マンゴー
26 月	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
	豚汁	菜種油	豚肉 豆腐 昆布だし	人参 大根 ごぼう たまねぎ 長ねぎ 生姜
	さば塩焼		さば	
	含め煮	がんも (ごま) 砂糖 菜種油	がんも (大豆) 鶏肉 かつおだし 醤油	人参 こんにゃく
27 火	大豆入りミートスパゲティ	スパゲティ	豚ひき肉 大豆 粉チーズ 牛肉	人参 たまねぎ トマト りんご にんにく
	牛乳		牛乳	
	イタリアンサラダ	大豆油		赤ピーマン レタス きゅうり ドレッシング (りんご酢)
	北海道産ステックチーズ		チーズ	
28 水	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
	中華スープ		なると チキンエキス	人参 白菜 もやし 長ねぎ
	かしわ天	小麦粉 大豆油 菜種油	鶏肉	
	チンジャオロース	菜種油 砂糖	豚肉 醤油 魚介エキス (かき)	人参 たまねぎ ピーマン たけのこ (国産) 生姜
29 木	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
	みそ汁		油揚 かつおだし 昆布だし みそ	人参 キャベツ えのき茸 長ねぎ
	いわしのみぞれ煮		いわし 醤油 さばエキス	大根
	肉じゃが	じゃがいも 菜種油 砂糖	豚肉 醤油	たまねぎ しらたき 人参
30 金	横割りミルクパン (ホットドック用) 牛乳	パン	牛乳	
	コーンポタージュ	小麦粉 大豆油	牛乳 脱脂粉乳 チキンエキス 魚介エキス (ほっけ)	コーン (十勝産) たまねぎ
	ホットドックハンバーグ	パン粉	鶏肉 大豆	たまねぎ
	レタス 北海道産トマトケチャップ			レタス
	アーモンドナッツ	アーモンド		

※ 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願います。