



きゅうりしよくだより

2019年2月
幕別町幕別学校給食センター



日	曜	こんだて名	おもなしょくひんとそのはたらき		
			ねつや力になる(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	金	チョコチップパン 牛乳	チョコチップパン	牛乳	
		コンソメスープ	菜種油	ベーコン チキンエキス 魚醤(ほっけ)	白菜 えのき茸 人参
		さつまいもクロック	さつまいも じゃがいも 水あめ パン粉 小麦粉 でん粉 砂糖 菜種油 大豆油		
		チキンのトマト煮	オリーブ油 砂糖	鶏肉 黄大豆 青大豆 金時豆 手巾豆 魚醤(ほっけ) チキンエキス	人参 玉ねぎ トマト にんにく
4	月	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
		みそ汁		かつおだし 昆布だし みそ	しめじ 人参 大根 長ねぎ
		いわしの梅煮	水あめ でん粉 砂糖	いわし かつお削り節 醤油 昆布だし	梅
		豚肉の生姜焼き	菜種油 ごま	豚肉 みそ 醤油	玉ねぎ 生姜
5	火	ミートソースパグティ	スパゲティ オリーブ油 牛脂 菜種油 砂糖 バター 大豆油	豚肉 粉チーズ 生乳 牛肉 大豆たんぱく マーガリン(乳)	玉ねぎ 人参 トマト にんにく りんご レモン果汁
		牛乳		牛乳	
		イタリアンサラダ	ドレッシング(大豆油・砂糖)	ハム(豚肉・鶏肉・卵白・大豆たんぱく・昆布エキス・かつお節エキス)	レタス きゅうり ドレッシング(玉ねぎ・トマト)
		プリンタルト	小麦粉 砂糖	マーガリン(乳) 卵 脱脂粉乳	
6	水	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	もやし 人参 長ねぎ
		えび入りしゅうまい	小麦粉 でん粉 砂糖 ラード	魚すり身(たろうお) 卵白 えび エキス(かに・えび・チキン・ポーク) 大豆粉 ゼラチン	玉ねぎ 生姜
		マーボー豆腐	菜種油 でん粉 砂糖 ごま油	豚肉 厚揚げ 醤油 豆鼓醤 豆板醤 大豆たんぱく みそ 魚介エキス(ほたて・かき・ほっけ)	にら にんにく 生姜
7	木	ピリ辛豚肉丼	ごはん 菜種油 砂糖 ごま油	豚肉 醤油 豆鼓醤 豆板醤 大豆たんぱく みそ	しらたき 玉ねぎ にんにく 生姜
		牛乳		牛乳	
		かぼちゃだんご汁	じゃがいも 砂糖	かつおだし 昆布だし 醤油	かぼちゃ 小松菜 大根 人参 長ねぎ
		おひたし		醤油 かつお節	小松菜 もやし
8	金	セルフホットドック 牛乳		牛乳	
		背割りコッペパン	背割りコッペパン		
		フランクソーセージ (ボトルケチャップ)	砂糖	豚肉	
		レタス			トマト 玉ねぎ
		ビーフシチュー	じゃがいも ルウ(小麦粉) 菜種油	牛肉 生クリーム エキス(鶏・豚)	レタス 玉ねぎ 人参 トマト
12	火	かき揚げうどん	うどん	鶏肉 かつおだし 昆布だし 醤油 かつお節 さば節 にほし	だけのご 玉ねぎ 小松菜 人参 椎茸 長ねぎ
		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 春菊
		牛乳		牛乳	
		ココアバナナドック	小麦粉 でん粉 砂糖 水あめ 大豆油 バター ココア	卵 全粉乳 脱脂粉乳 ゼラチン	バナナ
13	水	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
		中華コーンスープ	菜種油	卵 チキンエキス	玉ねぎ 人参 長ねぎ コーン
		若鶏のごま照り焼き	パン粉 ごま 大豆油	鶏肉 エキス(カタクチウシ・チキン) 醤油 大豆たんぱく	
		ほうれん草ナムル	ドレッシング(ごま油・砂糖・ごま)	醤油 大豆たんぱく 昆布エキス	ほうれん草 もやし ドレッシング(にんにく)
14	木	ハヤシライス	菜種油 ルウ(米粉) 砂糖	牛肉 チキンエキス	玉ねぎ 人参 しめじ にんにく トマト
		ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
		ナタデココフルーツ			黄桃缶 バイン缶 ナタデココ
15	金	バターパン 牛乳	バターパン	牛乳	
		コーンポタージュ	菜種油 ルウ(小麦粉・大豆油)	ベーコン チキンエキス 魚醤(ほっけ) 牛乳	コーン 玉ねぎ
		チキンナゲット(1人2こ) (ボトルケチャップ)	菜種油 砂糖 大豆油	鶏肉 醤油 大豆たんぱく	にんにく 生姜
		にんじんサラダ	砂糖		トマト 玉ねぎ
18	月	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
		みそ汁		わかめ かつおだし 昆布だし みそ	人参 長ねぎ 大根
		あじフライ (ボトルソース)	小麦粉 パン粉 菜種油	あじ パン粉(大豆)	トマト テーツ 玉ねぎ
		なめだけ和え	砂糖	昆布	白菜 小松菜 えのき茸
19	火	みそラーメン	ラーメン ラード 砂糖 ごま	豚肉 みそ エキス(豚・さば) 大豆たんぱく	玉ねぎ 人参 もやし メンマ きくらげ 長ねぎ にんにく
		牛乳		牛乳	
		焼きぎょうざ(1人2こ) (ぎょうざのたれ) (中のみ) サキサキチーズ	大豆油 ごま油 ラード 小麦粉	豚肉 鶏肉 大豆たんぱく 醤油 エキス(鶏・豚) 大豆粉	キャベツ にら 生姜
			砂糖 菜種油 ごま油	醤油 大豆たんぱく	エキス(生姜・玉ねぎ)
20	水	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
		みそ汁		かつおだし 昆布だし みそ	小松菜 大根 人参 長ねぎ
		たまご焼き	大豆油 砂糖	卵 魚醤(鮭) エキス(かつお・昆布) ゼラチン	
		肉じゃが	じゃがいも 菜種油	豚肉 醤油 昆布だし	いんげん 玉ねぎ しらたき
21	木	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
		みそ汁		豆腐 かつおだし 昆布だし みそ	人参 たもぎ茸 長ねぎ
		チキンカツ (ボトルソース)	大豆油 菜種油 小麦粉 パン粉	鶏肉 大豆たんぱく	
		大豆のいそ煮	砂糖	昆布	トマト テーツ 玉ねぎ
22	金	ミルクベビーパン 牛乳	ミルクベビーパン	牛乳	
		ポトフ	じゃがいも	ポークウィンナー チキンエキス	キャベツ 玉ねぎ 人参
		ハンバーグ (ボトルケチャップ)	砂糖	鶏肉 豚肉 牛肉 醤油 エキス(チキン・ポーク) 大豆たんぱく	玉ねぎ トマト 生姜 にんにく
		チーズマカロニサラダ	砂糖		トマト 玉ねぎ
25	月	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
		みそ汁		かつおだし 昆布だし みそ	大根 えのき茸 人参 長ねぎ
		クリスマスチキン	砂糖 小麦粉 菜種油 大豆油 パーム油 でんぷん	鶏肉 醤油 大豆粉	にんにく
		からし和え		醤油	ほうれん草 もやし
26	火	カレーうどん	うどん 菜種油 ルウ(小麦粉・でん粉・牛脂)	豚肉 醤油 エキス(ポーク・チキン・いわし・かつお・昆布)	玉ねぎ 長ねぎ 人参
		牛乳		牛乳	
		豚肉クロック	じゃがいも パン粉 小麦粉 でん粉 砂糖 大豆油 菜種油 ラード	豚肉	玉ねぎ
		きなこプリン	水あめ グラニュー糖 砂糖	牛乳 きなこクリーム 脱脂粉乳	
27	水	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
		みそ汁		高野豆腐 かつおだし 昆布だし みそ	人参 しめじ 大根葉
		ガリパタチキン	バター	鶏肉 醤油 チキンエキス	エリンギ 長ねぎ にんにく
		切干大根サラダ	マヨネーズ風ドレッシング(大豆油) ドレッシング(ごま・ごま油・砂糖)	ハム(豚肉・鶏肉・卵白・大豆たんぱく・昆布エキス・かつお節エキス) 醤油	切干大根 コーン マヨネーズ風ドレッシング(りんご酢)
28	木	ポークカレーライス	じゃがいも ルウ(米粉) 菜種油	豚肉 白いんげん豆	玉ねぎ 人参 トマト にんにく ルウ(かぼちゃ)
		麦入りごはん 牛乳	ごはん 麦	牛乳	
		フルーツゼリー和え	はちみつ 砂糖		レモン果汁 黄桃缶

7日の
かぼちゃだんご汁
は幕別産と十勝産
のかぼちゃを
使っています。



※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。

