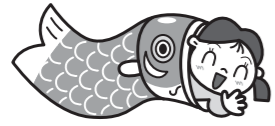
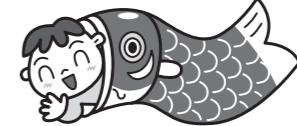


平成24年



5月 中学校給食予定献立表



苫小牧市学校給食共同調理場
第1調理場 TEL 57-5881
第2調理場 TEL 67-1815

月		火		水		木		金	
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名
<p>○牛乳は毎日つきます。</p> <p>○第1調理場配送校は毎日スプーンがつきますがスプーンマークのある日に使いましょう。</p> <p>○第2調理場配送校は  この日に、スプーンがつきます。</p> <p>○都合により献立が変わることもあります。</p>		<p>1 黒糖パン</p> <p>クイッティオ入りスープ</p> <p>網焼きハンバーグ</p>	<p>栄養価 エネルギー たん白質 脂 肪 684kcal 29.6g 22.5g</p> <p>人参・パセリ・卵・醤油・ソテーオニオン(大豆油)・塩・干椎茸・オニオンスープ(砂糖・油・オニオンエキス・ゼラチン・香辛料・小麦・大豆・牛・豚)・ベーコン(豚肉・砂糖・塩・香辛料)・クイッティオ(米・でん粉(じゃが芋)) 鶏肉・パン粉(乳)・小麦・大豆・豚脂・マーガリン・醤油・牛肉・塩・ウスターソース(りんご)・生姜・トマトケチャップ・砂糖・香辛料・水あめ・酒・玉葱</p>	<p>2  ごはん</p> <p>中華コーンスープ</p> <p>ビビンバ</p> <p>こどもの日デザート</p>	<p>栄養価 エネルギー たん白質 脂 肪 805kcal 30.1g 17.5g</p> <p>青梗菜・人参・長葱・鶏肉・卵・塩ラーメンベース(豚・鶏・リンゴ・小麦(大豆)・コンソメ(乳・鶏・豚))・ごま油(大豆)・ホールコン 油揚げ・生姜・人参・ほうろく(もやし)・豚肉・ごま油・めんつゆ(さば)・大豆・小麦・醤油・みりん・砂糖・にんにく・ごま・キムチの素(醤油・砂糖・みりん・香辛料・味噌)・でん粉・玉葱・豆板醤・コチュジャン・ごま油(大豆)・ごま・小麦・大豆・鶏肉)・オイスターソース(砂糖・かき・水あめ・塩・でん粉)・大豆・とうもろこし・ゼラチン 夏みかん果汁・はっさく・粉あめ・砂糖・オレンジ</p>	<p>苫小牧産の食材を使用しています</p> <p>2日(水) ビビンバ もやし</p> <p>10日(木) 味噌ラーメン もやし</p> <p>14日(月) 鮭塩焼 鮭</p> <p>16日(水) 野菜の味噌汁 もやし</p>		<p>5 こどもの日</p> <p>5月5日 こどもの日は端午の節句です。「端午」とは5月5日のことで、奈良時代から病気や悪いことをさけるための行事が行われていました。</p> <p>5月2日(水)に「こどもの日」のデザートがでますので お楽しみに・・・</p>	
<p>7 ごはん</p> <p>吉野汁</p> <p>ほっけ唐揚げ</p> <p>小袋醤油</p>	<p>栄養価 エネルギー たん白質 脂 肪 768kcal 28.1g 17.3g</p> <p>でん粉・豆腐・油揚げ・ごぼう・人参・長葱・鶏肉・めんつゆ(小麦・さば)・大豆・鰹だし(さば)・和風だし・醤油・焼くわ(魚肉(タイ・すけとうだら)・塩・酒・みりん(でん粉)) 菜種油・ほっけ・唐揚げ粉・小麦粉・でん粉(じゃが芋・とうもろこし・タピオカ)・塩・砂糖・魚醤・大豆・ぶどう糖(とうもろこし)・醤油・みりん・生姜</p>	<p>8  ごまパン</p> <p>チキンブラウンソース煮</p> <p>ポークウインナープリン</p>	<p>栄養価 エネルギー たん白質 脂 肪 822kcal 36.0g 32.1g</p> <p>じゃが芋・玉葱・人参・鶏肉・中濃ソース(トマト)・マーガリン・ハヤシルウ(豚・小麦粉・乳・バナナ・鶏・りんご・大豆)・ワイン・トマトピューレ・こしょう・デミグラスソース(トマト・小麦粉・牛肉・ラード・コーンスターチ・玉葱・塩・小麦・大豆・香辛料・砂糖)・コンソメ(乳・鶏・豚)・グリーンピース 豚肉・塩・香辛料・でん粉・砂糖・とうもろこし・じゃが芋・小麦 水あめ・加糖れん乳・砂糖・大豆・卵・乳・でん粉・カラメルソース</p>	<p>9 ごはん</p> <p>すいとん汁</p> <p>ちかフライ</p> <p>小袋ソース</p>	<p>栄養価 エネルギー たん白質 脂 肪 787kcal 26.5g 16.9g</p> <p>つきごんにゃく・油揚げ・ごぼう・大根・人参・長葱・白菜・鶏肉・めんつゆ(さば)・大豆・小麦・鰹だし(さば)・和風だし・醤油・塩・すいとん(小麦粉・でん粉(とうもろこし・じゃが芋)) ちか・パン粉・小麦粉・塩・砂糖・ベーキングパウダー・でん粉・大豆・菜種油 りんご・トマト・玉葱・砂糖・酢・醤油・小麦でん粉・香辛料</p>	<p>10 ラーメン</p> <p>味噌ラーメン</p> <p>豆腐ハンバーグ</p> <p>ミックスマッツ</p>	<p>栄養価 エネルギー たん白質 脂 肪 796kcal 35.3g 25.9g</p> <p>玉葱・人参・もやし・豚肉・中華調味料(鶏・豚・牛・大豆・ゼラチン)・こしょう・味噌ラーメンベース(豚肉・小麦粉・卵・大豆・鶏肉)・清湯スープ(豚・鶏)・チャーシュー(豚肉・醤油・塩・酒・砂糖・生姜)・つと(魚肉(タイ・すけとうだら)・塩・酒・でん粉) 鶏肉・豆腐・玉葱・パン粉・大豆油・砂糖・でん粉・脱脂粉乳・塩・トマトピューレ 落花生・アーモンド・カシューナッツ・ガルハンソー・油・塩</p>	<p>11 ごはん</p> <p>中華煮</p> <p>春巻</p>	<p>栄養価 エネルギー たん白質 脂 肪 792kcal 31.0g 17.2g</p> <p>でん粉・生姜・玉葱・人参・白菜・ピーマン・いか・豚肉・めんつゆ(さば)・大豆・小麦・醤油・中華調味料(鶏・豚・牛・大豆・ゼラチン)・菜種油・砂糖 菜種油・玉葱・キャベツ・小麦粉・醤油・油(菜種)・大豆・みりん・でん粉(じゃが芋)・水あめ(とうもろこし・ばいれいしょ)・豚脂・人参・春雨・豚肉・小麦・砂糖・ごま油・塩・生姜・ココア</p>
<p>14 ごはん</p> <p>肉じゃが</p> <p>鮭塩焼</p>	<p>栄養価 エネルギー たん白質 脂 肪 787kcal 34.5g 15.0g</p> <p>白滝・じゃが芋・玉葱・人参・豚肉・めんつゆ(さば)・大豆・小麦・鰹だし(さば)・和風だし・醤油・みりん・菜種油・砂糖 さけ・塩</p>	<p>15 コッペパン</p> <p>餃子スープ</p> <p>焼そば</p> <p>ヨーグルト</p>	<p>栄養価 エネルギー たん白質 脂 肪 769kcal 30.4g 25.0g</p> <p>生姜・人参・長葱・白菜・豚肉・中華調味料(鶏・豚・牛・大豆・ゼラチン)・塩ラーメンベース(豚・鶏・リンゴ・小麦・大豆)・こしょう・醤油ラーメンベース(小麦・大豆・豚・鶏)・ひとくち水餃子(小麦粉・豚脂・油・白菜・長葱・生姜・醤油・干しえび)・豚肉・油(ごま・菜種)・酒・オイスターソース・塩・砂糖・かに・大豆 小麦粉・塩・油(菜種)・大豆・卵・かんすい・えび・キャベツ・人参・中濃ソース・豚肉・りんご・粉末ソース・もも・鶏肉 乳製品・砂糖</p>	<p>16 ごはん</p> <p>野菜の味噌汁</p> <p>和風肉団子(2ケ)</p>	<p>栄養価 エネルギー たん白質 脂 肪 777kcal 25.6g 18.5g</p> <p>つきごんにゃく・油揚げ・ごぼう・大根・玉葱・人参・長葱・もやし・鰹だし(さば)・和風だし・昆布だし(米油・ほたて粉末)・焼くわ(魚肉(タイ・すけとうだら)・塩・酒・みりん(でん粉)・みそ 鶏肉・玉葱・パン粉・豚脂・塩・生姜・香辛料・砂糖・油(菜種)・バーム・大豆・でん粉・醤油・みりん・酢・トマトケチャップ・大豆・人参・にんにく・小麦・ココア・ベーキングパウダー・オイスターエキス</p>	<p>17 蒸 麺</p> <p>あんかけ焼きそば</p> <p>野菜しゅうまい(2ケ)</p> <p>しゅうまいのたれ</p>	<p>栄養価 エネルギー たん白質 脂 肪 761kcal 29.0g 19.8g</p> <p>でん粉・枝豆・生姜・玉葱・人参・白菜・豚肉・うずら卵・醤油・菜種油・砂糖・こしょう・塩・干椎茸・チキンコンソメ(麦芽糖・塩・鶏肉・乳・玉葱・ビーフエキス・みりん)・小麦・大豆・とうもろこし・じゃが芋・菜種油・醤油・香辛料・人参)・ごま油(大豆)・酒 豆腐・魚肉すり身・玉葱・小麦粉・でん粉・キャベツ・塩・醤油・香辛料・人参・竹の子・豚脂・インゲン・長葱・砂糖・油(菜種)・卵・大豆 醤油・酢・とうもろこし・小麦・大豆</p>	<p>18 麦ごはん</p> <p>豚丼</p> <p>厚焼きたまご</p>	<p>栄養価 エネルギー たん白質 脂 肪 800kcal 31.3g 19.0g</p> <p>白滝・玉葱・人参・鰹だし(さば)・醤油・みりん・菜種油・砂糖・つと(魚肉(タイ・すけとうだら)・塩・酒・でん粉)・味付豚肉(豚肉・醤油・砂糖・みりん・魚介エキス・大豆・小麦・さば) みりん・大豆・塩・卵・砂糖・でん粉・醤油・とうもろこし・じゃが芋・鰹エキス・昆布エキス・小麦・油(菜種)・大豆・酢・りんご・鶏</p>
<p>21 ごはん</p> <p>とり味噌汁</p> <p>豚肉の生姜炒め</p>	<p>栄養価 エネルギー たん白質 脂 肪 804kcal 35.1g 18.2g</p> <p>つきごんにゃく・油揚げ・ごぼう・大根・玉葱・人参・長葱・鶏肉・味噌・鰹だし(さば)・和風だし・菜種油 キャベツ・生姜・玉葱・人参・豚肉・菜種油・生姜焼きのたれ(醤油・砂糖・生姜・みりん・香辛料)</p>	<p>22  スライスパン</p> <p>ポターージュ</p> <p>鶏ごま照り焼き</p> <p>チョコクリーム</p>	<p>栄養価 エネルギー たん白質 脂 肪 840kcal 32.1g 29.9g</p> <p>玉葱・クリームコーン・人参・パセリ・生クリーム・スキムミルク・マーガリン・こしょう・ルウポターージュ(小麦粉・鶏・乳・大豆)・コーンクリーム(小麦粉・乳・牛)・ホールコーン・ベーコン 鶏肉・パン粉・油・ごま・醤油・砂糖・大豆・みりん・チキンエキス・塩・魚介エキス・でん粉・乳 砂糖・小麦粉・ショートニング・ココアパウダー・カカオマス・大豆・水あめ</p>	<p>23  ごはん</p> <p>ミートボールカレー</p> <p>冷凍みかん</p>	<p>栄養価 エネルギー たん白質 脂 肪 843kcal 20.9g 21.5g</p> <p>じゃが芋・玉葱・人参・生クリーム・中濃ソース(トマト)・スキムミルク・マーガリン・アップルソース・カレールウ(小麦粉・豚・乳・バナナ・りんご)・鶏・大豆・卵・香辛料・ソース・にんにく・ミートボール(鶏肉・大豆・玉葱・パン粉・人参・豚脂・でん粉・みりん・ココア・米・醤油・塩・砂糖・香辛料・小麦) みかん</p>	<p>24 スパゲティ</p> <p>ミートスパゲティ</p> <p>オムレツ</p> <p>豆乳ココアムース</p>	<p>栄養価 エネルギー たん白質 脂 肪 767kcal 32.5g 29.2g</p> <p>生姜・玉葱・人参・豚挽肉・ウスターソース(トマト)・中華ソース(トマト)・マーガリン・ワイン・トマトケチャップ・トマトピューレ・にんにく・ミートソース(小麦粉・玉葱・人参・りんご・にんにく・砂糖・牛肉・大豆油・コーンスターチ・塩・香辛料・バター・レモン・マーガリン・乳・小麦・椎茸・ミートソース(玉葱・大豆)・豚挽肉・トマトケチャップ・油(大豆・菜種)・ラーン・トマトペースト・にんにく・生姜・チキンエキス・塩・香辛料(とうもろこし) 卵・でん粉・砂糖・みりん・塩・昆布エキス・鶏・小麦・大豆・りんご・醤油・酢・鰹エキス・コーン 乳・大豆・菜種油・豆乳・砂糖・水あめ・ココアパウダー・ゼラチン・とうもろこし・じゃがいも</p>	<p>25 ごはん</p> <p>いりどり</p> <p>さんまおかか煮</p>	<p>栄養価 エネルギー たん白質 脂 肪 831kcal 32.0g 22.1g</p> <p>こんにゃく・里芋・いんげん・ごぼう・人参・鶏肉・めんつゆ(さば)・大豆・小麦・鰹だし(さば)・醤油・みりん・砂糖・干椎茸・ごま油(大豆)・つと(魚肉(タイ・すけとうだら)・塩・酒・でん粉) さんま・醤油・砂糖・みりん・かつお節・昆布エキス・でん粉・大豆</p>
<p>28 ごはん</p> <p>もずく味噌汁</p> <p>メンチカツ</p> <p>小袋ソース</p>	<p>栄養価 エネルギー たん白質 脂 肪 787kcal 23.9g 19.6g</p> <p>じゃが芋・豆腐・油揚げ・人参・長葱・もずく・味噌・鰹だし(さば)・和風だし 菜種油・大豆・鶏肉・玉葱・豚肉・パン粉・小麦粉・砂糖・醤油・卵・香辛料・でん粉・塩・乳 りんご・トマト・玉葱・砂糖・酢・醤油・小麦でん粉・香辛料</p>	<p>29  バターパン</p> <p>ニョッキ入りオニオンスープ</p> <p>ウインナーと野菜のソテー</p> <p>味付小魚</p> <p>ぶどうゼリー</p>	<p>栄養価 エネルギー たん白質 脂 肪 777kcal 29.6g 28.9g</p> <p>キャベツ・玉葱・人参・パセリ・醤油・こしょう・小麦・コンソメ(乳・鶏・醤油)・オニオンスープ(砂糖・油・オニオンエキス・ゼラチン・香辛料・小麦・大豆・牛・豚)・ベーコン(豚肉・砂糖・塩・香辛料)・ポテトニョッキ(じゃがいも・小麦粉・卵・塩・でん粉) 菜種油・こしょう・塩・カット煮干し(ウインナー)・豚肉・塩・砂糖・香辛料)・人参・とうもろこし・インゲン いわし・カットリング(さば)・(とうもろこし)・砂糖・ごま・醤油・小麦・でん粉(キャッサバ)・塩・大豆 ぶどう果汁・砂糖・ワイン</p>	<p>30 ごはん</p> <p>いも団子汁</p> <p>さば味噌煮</p>	<p>栄養価 エネルギー たん白質 脂 肪 825kcal 29.7g 20.2g</p> <p>油揚げ・人参・長葱・鶏肉・めんつゆ(さば)・大豆・小麦・鰹だし(さば)・和風だし・醤油・いも団子(じゃがいも・でん粉(キャッサバ)・パン粉)・さば・つと(魚肉(タイ・すけとうだら)・塩・酒・でん粉) さば・でん粉・味噌・砂糖・みりん・唐辛子・水あめ・醤油・生姜・小麦・長葱・昆布エキス・大豆・魚介エキス・醤油もろみ</p>	<p>31 うどん</p> <p>カレーうどん</p> <p>野菜コロケ</p> <p>わかナッツ</p>	<p>栄養価 エネルギー たん白質 脂 肪 771kcal 27.5g 20.4g</p> <p>でん粉・ごぼう・玉葱・人参・長葱・鶏肉・めんつゆ(大豆)・小麦・さば)・カレールウ(小麦粉・豚・乳・バナナ・りんご)・干椎茸・カレーつゆ(醤油・鰹節・さば節・煮干・昆布・砂糖・カレー粉・塩・小麦粉・豚・みりん)・つと(魚肉(タイ・すけとうだら)・塩・酒・でん粉)・大豆 菜種油・じゃが芋・人参・マッシュポテト・玉葱・とうもろこし・グリーンピース・パン粉・砂糖・油・塩・野菜パン粉(南瓜)・じゃが芋)・小麦粉・でん粉・乳・大豆・カシューナッツ・砂糖・小麦粉・わかめ・いわし・寒梅粉・醤油・酢・塩・でん粉(とうもろこし)・油・水あめ・大豆</p>	<p>夜間窓口を開設しております 5月は15(火)・25(金)です</p> <p>支払い・相談に月2回の夜間窓口をご利用ください</p> <p>17:00~20:00まで 第1学校給食センター 苫小牧市柳町1丁目3-5 電話 (0144)57-5881</p>	