

令和6年



7月 学校給食予定献立表(西部・中央部)



★活動についてはHPをご確認ください

月		火		水		木		金								
献立名		材料名		献立名		材料名		献立名		材料名						
1 ごはん	栄養価 エネルギー・たんぱく質・し・ぼ・う・えんぶん 低 567 kcal・19.7 g・18.1 g・1.5 g 中 623 kcal・21.7 g・18.9 g・2.0 g 高 675 kcal・23.9 g・19.9 g・2.1 g 中学 754 kcal・25.3 g・20.3 g・2.3 g	2 ラーメン	栄養価 エネルギー・たんぱく質・し・ぼ・う・えんぶん 低 536 kcal・23.2 g・13.7 g・2.8 g 中 615 kcal・26.8 g・14.4 g・3.3 g 高 637 kcal・28.2 g・15.0 g・3.8 g 中学 717 kcal・31.4 g・17.6 g・4.4 g	3 ごはん	栄養価 エネルギー・たんぱく質・し・ぼ・う・えんぶん 低 603 kcal・24.5 g・18.2 g・2.0 g 中 656 kcal・26.6 g・18.9 g・2.2 g 高 713 kcal・28.7 g・19.5 g・2.4 g 中学 792 kcal・30.2 g・19.9 g・2.5 g	4 黒糖パン	栄養価 エネルギー・たんぱく質・し・ぼ・う・えんぶん 低 549 kcal・23.4 g・25.9 g・2.2 g 中 621 kcal・25.8 g・28.2 g・2.8 g 高 735 kcal・29.7 g・31.2 g・3.3 g 中学 792 kcal・31.5 g・32.6 g・3.6 g	5 ごはん	栄養価 エネルギー・たんぱく質・し・ぼ・う・えんぶん 低 531 kcal・18.5 g・15.3 g・1.9 g 中 579 kcal・20.1 g・16.1 g・2.3 g 高 628 kcal・21.2 g・16.7 g・2.5 g 中学 740 kcal・24.8 g・19.6 g・2.8 g	6 ごはん	栄養価 エネルギー・たんぱく質・し・ぼ・う・えんぶん 低 536 kcal・21.1 g・14.6 g・1.7 g 中 607 kcal・24.1 g・16.1 g・2.0 g 高 683 kcal・27.3 g・17.9 g・2.7 g 中学 766 kcal・29.6 g・19.1 g・2.7 g					
												鶏肉団子(鶏肉・たまねぎ・豚脂・パン粉・大豆油・大豆・でん粉・砂糖・しょうゆ・食塩・みりん・香辛料・小麦)・玉葱・長葱・人参・鰹だしパック・こんぶだし・味噌(大豆)・減塩味噌(大豆)	豚肉・人参・白菜・もやし・長葱・さくらげ・中華味(鶏肉・豚肉・大豆・牛肉・ゼラチン)・醤油ラーメンベース(鶏肉・豚肉・ごま・小麦・大豆)・がらすープ・ポーク&チキン(豚肉・鶏肉)・こしょう	大根・人参・きざみ油揚げ(大豆・菜種油)・乾燥大根菜(大根菜・砂糖)・味噌(大豆)・減塩味噌(大豆)・こんぶだし・鰹だしパック	じゃが芋・玉葱・人参・バセリ・こしょう・塩・パイ・ヨングラニュール(牛肉・鶏肉・小麦・大豆)・アルファベットマカロニ(小麦)・カットウインナー(豚肉・塩・砂糖・香辛料)・白ワイン・チキンコンソメ(鶏肉・大豆・小麦)	大根・人参・さざみ油揚げ(大豆・菜種油)・乾燥大根菜(大根菜・砂糖)・味噌(大豆)・減塩味噌(大豆)・こんぶだし・鰹だしパック
												キャベツ・たまねぎ・にら・鶏肉・豚脂・ひじき・でん粉・しょうゆ・植物油・砂糖・魚介エキス・食塩・香辛料・酵母エキス・小麦粉・大豆・大豆粉・ごま・菜種油	魚肉すり身(たら)・玉ねぎ・長ネギ・トマトケチャップ・植物油(大豆・菜種・ごま)・おきあみ・卵・でん粉・砂糖・塩・酢・酒・にんにく・生薑・豆板醤・中華だし・香辛料・大豆・小麦・乳・鶏肉・豚肉・牛肉	じゃが芋・人参・玉葱・豚肉・れんこん・でん粉・おろし生薑・そばつゆ(大豆・小麦・さば)・合わせだし(さば)・和風だし・醤油(大豆・小麦)・みりん・菜種油・砂糖	キャベツ・カットベーコン(豚肉・食塩・砂糖・香辛料)・ホールコーン・コンソメ(鶏肉・豚肉)・塩・こしょう・菜種油	じゃが芋・人参・玉葱・豚肉・れんこん・でん粉・おろし生薑・そばつゆ(大豆・小麦・さば)・合わせだし(さば)・和風だし・醤油(大豆・小麦)・みりん・菜種油・砂糖
												もやし・ほうれん草・ホールコーン・ロースハム(豚肉・食塩・砂糖・香辛料)・穀物酢・醤油(大豆・小麦)・砂糖・ごま油(ごま)	マンゴーゼリー(マンゴーピューレ・砂糖・乳酸カルシウム)・豆乳ゼリー・杏仁風味(砂糖・豆乳・乳酸カルシウム・大豆)・うんしゅうみかん缶・パンチビット	さば・でん粉・みそ・砂糖・発酵調味料・大豆	キャベツ・コンソメ(鶏肉・豚肉)・塩・こしょう・菜種油	さば・でん粉・みそ・砂糖・発酵調味料・大豆
とりだんご たまご 鶏団子と玉ねぎのみそ汁 あ揚げギョーザ(2個) よんしよく あ 四色和え		しょうゆラーメン つまみ揚げチリソース ①1個 ②2個 あんぽ 南国のフルーツ「マンゴー」を使用したゼリーです!		豆腐のすまし汁 さばみそ煮 小骨に氣をつけて食べましょう じゃが芋のそぼろ煮		ABC スープ チキンみそカツ キャベツとベーコンのソテー		だいこん まる 大根の丸ごとみそ汁 とまこまい ま 苦小牧真ホッケ塩ザンギ 小骨に氣をつけて食べましょう		大根・人参・さざみ油揚げ(大豆・菜種油)・乾燥大根菜(大根菜・砂糖)・味噌(大豆)・減塩味噌(大豆)・こんぶだし・鰹だしパック						
かぼちゃ団子汁 ぶた 豚ジンギスカン 北海道の郷土料理 ジンギスカンを豚肉で作りました。(タレも手作りです) ④シークワーサーゼリー		スパゲティ		チーズインさけメンチカツ 小松菜の磯香あえ 「海の日」にちなみ、海でとれた食材を使っています。(もずく、さけ、のり)		コッペパン パンは自分で手で割って ほたてフライをはさめて食べてみよう		はくさい はるさめ 白菜と春雨のスープ ほしがた 星型ハンバーグ 「七夕」にちなみ、星型のハンバーグです!		人参・白菜・焼くわ(たらすり身・じゃがいも・でん粉・砂糖・みりん・塩)・春雨(緑豆)・わかめ・醤油(大豆・小麦)・中華味(鶏肉・豚肉・大豆・牛肉・ゼラチン)・こしょう・塩・白炒りごま						
ほたてフライを提供して いただきました! 第2弾!!		うどん		わかめと豆腐のみそ汁 野菜入り肉団子 ①1個 ②2個 マーボー大根		スライスパン		ぎょうざスープ ビビンバ ごはんに混ぜて食べましょう		鶏肉・ひとこち水餃子(キャベツ・豚肉・鶏肉・豚脂・ねぎ・しょうがペースト・植物油・みりん・酒・小麦粉・ミックス粉・大豆粉・しょうゆ・食塩・砂糖・ポークエキス・香辛料・中華粉・ごま・大豆)・おろし生薑・青梗菜・人参・長葱・でん粉(鶏肉・豚肉・大豆・牛肉・ゼラチン)・塩ラーメンベース(豚肉・鶏肉・りんご・小麦・大豆)・醤油ラーメンベース(鶏肉・豚肉・ごま・小麦・大豆)・干椎茸						
ポークカレー ブロッコリーのサラダ		クロワッサン		カレーコロッケ 豚肉入り金平		ポトフ 焼そば パインの 豆乳クリームチーズ和え		豚すき丼 海藻サラダ		カツ大根・豚肉・きざみ油揚げ(大豆・菜種油)・おろし生薑・人参・ほうれん草・もやし・そばつゆ(大豆・小麦・さば)・醤油(大豆・小麦)・みりん・砂糖・にんにく・白炒りごま・ごま油(ごま)・キムチの素(りんご・いか・大豆)・オイスターソース						
7/26(金)から、フランスのパリでオリンピック・パラリンピックが開催されます。そこで、フランスにちなんだ料理を7/23(火)に提供します。食べて応援しよう!		チキンのフリカッセ風 バジル香る白身魚フライ 小骨に氣をつけて食べましょう ラタトゥイユ		高野豆腐とわかめのみそ汁		トマトソース		刺さらないよう取り除くなど注意して食べましょう。 ○今月使用しているしめじ・もやし・ほっけは苦小牧産です。		食材のコンタミネーションについては各共同調理場へお問い合わせ下さい。						