

4月 こんだてひょう

しょう ちゅうがっこう (小・中学校)

びばいし がっこうきょうしゅく 美唄市学校給食センター

日 (曜)	こんだて	赤の食品	緑の食品	黄の食品	調味料その他	小学校エネルギー (850kcal)	中学校エネルギー (830kcal)
		体をつくる	体の調子をととのえる	エネルギーのもと		小学校たん白 (32.5g)	中学校たん白 (41.5g)
8 (火)	ハヤシライス	ぶた肉 牛乳 生クリーム(乳)	しょうが にんにく たまねぎ にんじん りんご セロリ トマトジュース	精白米 強化米 精麦 じゃがいも バター(乳) 小麦粉 なたね油	ローレル オールスパイス タイム ジョウ ハヤシク ケチャップ デシソース 赤ワイン ウスターソース コツメ	715	901
	フルーツヨーグルト	ヨーグルト(乳・ゼラチン(豚))	ブルーベリー(もも・パイ・黄桃・ みかん) 洋梨	上白糖		22.6	27.6
9 (水)	ピリ辛丼	ぶた肉 うすら卵	キャベツ たまねぎ もやし にんじん ピーマン きくらげ にんにく	精白米 強化米 ごま油 三温糖 なたね油 でん粉	醤油 みりん 中華だし トウモロコシ	686	834
	焼きぎょうざ(2コ)	ぎょうざ (豚・鶏・大豆・ごま・小麦・大豆)				24.8	30.5
	ほうれん草のナムルサラダ		ほうれん草 もやし にんじん	緑豆春雨	韓国ナムル レッソング		
10 (木)	コッパパン			コッパパン (小麦・乳・卵・大豆)		771	873
	クリームゴールド			クリームゴールド(乳・大豆)		28.1	32.7
	鶏肉と白菜のスープ	とり肉	はくさい にんじん えのきたけ	緑豆春雨	醤油 コツメ 酒 ジョウ		
	ハムカツ	ハムカツ (小麦・卵・乳・大豆・豚)		なたね油			
11 (金)	ジャーマンポテト	バター(豚)	たまねぎ	じゃがいも バター(乳) なたね油 三温糖	塩 ジョウ バター		
	親子丼	とり肉 卵 つと(小麦)	たまねぎ たけのこ にんじん えのきたけ ねぎ しいたけ	精白米 強化米 なたね油 三温糖	醤油 みりん	673	803
	豆腐ナゲット(2コ)	豆腐ナゲット(小麦・大豆・豚・豆乳・ 魚肉すりみ)		なたね油		27.7	33.6
14 (月)	シャキシャキあえ		もやし こまつな にんじん 切り干し大根	三温糖 ごま油	醤油 酢		
	チキンカレーライス	とり肉 牛乳 生クリーム(乳)	しょうが にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム セロリ りんご	精白米 強化米 精麦 じゃがいも バター(乳) 小麦粉 なたね油	カレー粉 バター ローレル ジョウ チャップ ウスターソース ケチャップ 醤油 コツメ カレー粉(小麦・鶏・豚・大豆)	751	937
	コールスローサラダ	オリーブ(鶏)	キャベツ ホールコーン	マヨネーズ(大豆) オリーブ油 三温糖	酢 塩 ジョウ	23.6	29.5
	お祝いいちごゼリー	お祝いいちごゼリー (大豆・ゼラチン・豆乳)					
15 (火)	お祝い花うどん	とり肉 油揚げ(大豆)	にんじん たけのこ だいこん ねぎ	うどん(小麦) 花麩(小麦)	かつおだし 白だし みりん 酒 醤油 塩 かつお節 昆布	599	752
	デニッシュパン			デニッシュパン (小麦・乳・卵・大豆)		27.2	33.8
	肉だんご(ケチャップあん)	肉だんご(小麦・ごま・大豆・鶏・ 豚・りんご)					
16 (水)	ブロッコリーとゆめごま醤油あえ	ブロッコリー(豚)	ブロッコリー	白ごま ごま油	醤油		
	鮭菜ごはん	鮭菜ごはんの素 (ごま・さけ・かつお削り節)		精白米 強化米		690	830
	みそちゃんこ	とり肉 油揚げ(大豆) 鶏だんご(豚・大豆・鶏・卵・小麦・ 魚肉)	キャベツ たまねぎ にんじん ごぼう ねぎ しょうが	つきこんにゃく	オリーブオイル みりん 酒 美唄味噌(うま味・大豆) 赤みそ	28.4	34.5
	たこ焼き風天ぷら(2コ)	たこつみれ(小麦・卵・大豆・豚・ 魚肉すりみ・タコ) 卵 あおさ かつお節		小麦粉 なたね油 三温糖	中濃ソース ウスターソース		
	大根サラダ	ブロッコリー(豚)	だいこん きゅうり コーン	ごま油 白ごま 三温糖	酢 醤油 塩		
17 (木)	メロンパン			メロンパン (小麦・乳・大豆・卵)		676	805
	クリームマカロニ	とり肉 牛乳 生クリーム(乳)	たまねぎ にんじん 枝豆(大豆)	マカロニ(小麦) 小麦粉 バター(乳) なたね油	白ワイン コツメ 塩 ジョウ	35.1	40.6
	ポークチーズ巻き	ぶた肉 チーズ(乳・大豆)			塩 ジョウ		
	ごまドレッシングサラダ	オリーブ(鶏)	もやし こまつな きゅうり にんじん	白ごま 三温糖	醤油 酢		
18 (金)	ごはん			精白米 強化米		676	816
	野菜けんちん汁	豆腐(大豆) 油揚げ(大豆)	たまねぎ だいこん にんじん ごぼう	じゃがいも ごま油	醤油 かつおだし 酒 塩 唐辛子	29.8	34
	鶏肉の米粉揚げ(2コ)	とり肉	しょうが	米粉 なたね油	醤油 酒		
	切り干し大根のツナ炒め	ツナ ひじき	切り干し大根 にんじん	つきこんにゃく ごま油 三温糖	醤油 かつおだし みりん 唐辛子		

☆14日(月)より、小学校新1年生の給食がスタートします。
14日(月)は「お祝いいちごゼリー」、15日(火)は「お祝い花うどん」が
登場します。おたのしみには、
*9日(水)のピリ辛丼は、ごはんの上にピリ辛丼の具をのせて食べてください。
*11日(金)の親子丼は、ごはんの上に親子丼の具をのせて食べてください。
*28日(月)のマーボー丼は、ごはんの上にマーボー丼をのせて食べてください。

美唄市ホームページにて、献立表のカラー版をご覧いただけます。
右のQRコードを読み込むと、簡単にアクセスできます。
なお、毎月27日前後に翌月の献立表が掲載されますので、
WEB版の献立表をぜひご活用ください！



日 (曜)	こんだて	赤の食品	緑の食品	黄の食品	調味料その他	小学校エネルギー (650kcal)	中学校エネルギー (830kcal)
		体をつくる	体の調子をととのえる	エネルギーのもと		小学校たん白 (32.5g)	中学校たん白 (41.5g)
21 (月)	ごはん			精白米 強化米		663	801
	豆腐とわかめのみそ汁	豆腐(大豆) 油揚げ(大豆) わかめ	にんじん ねぎ		みそ かつお節	31.7	37
	豚肉のバーベキューササゲ	ぶた肉	しょうが りんご	でん粉 小麦粉 なたね油 三温糖	醤油 酒 白ワイン レモン果汁 アップルジュース(リンゴ)		
22 (火)	野菜の塩だれ炒め	鶏肉(豚)	キャベツ にんじん ピーマン しょうが にんにく	ごま油	塩ダレ 酒 オリーブオイル 塩		
	美唄みそラーメン	ぶた肉	はくさい たまねぎ もやし にんじん ねぎ しょうが	ラーメン(小麦) バター(乳)	醤油 美唄味噌(うま味・大豆) 豚骨 かつお節 昆布 酒 ジョウ	583	724
	ミルクパン			ミルクパン (小麦・乳・卵・大豆)		29	35.7
23 (水)	厚焼き卵	厚焼き卵(小麦・卵・大豆・ かつお節・昆布だし)					
	きゅうりの昆布あえ	塩昆布	きゅうり		塩		
	わかめごはん	わかめごはんの素		精白米 強化米		604	712
24 (木)	鶏五目汁	とり肉	にんじん ごぼう だいこん しめじ ねぎ	つきこんにゃく	白みそ 赤みそ かつお節 唐辛子	27.1	32.5
	ちくわチーズフライ(2コ)	チーズ入りちくわ (卵・乳・小麦・大豆・魚肉) 牛乳		小麦粉 パン粉(小麦) なたね油			
	和風サラダ	ツナ かつお節	キャベツ きゅうり にんじん	三温糖	醤油 酢		
25 (金)	クロワッサン			クロワッサン (小麦・乳・卵・大豆)		645	787
	ピーンズミネストローネ	鶏肉(豚) 大豆 白いんげん豆	枝豆(大豆) キャベツ たまねぎ にんじん トマト水煮 パセリ にんにく	オリーブ油 バター(乳)	ケチャップ デシソース コツメ 塩 ジョウ	29.3	33.9
	チキン香味焼き	とり肉			塩 ジョウ ハーブシーズニング		
26 (土)	ほうれん草とコーンのサラダ	ツナ	ほうれん草 にんじん コーン	マヨネーズ(大豆)	醤油 ジョウ		
	ごはん			精白米 強化米		643	762
	みそぎょうざスープ	水餃子(小麦・卵・乳・ごま・大豆・ 鶏・豚・ゼラチン・ウスターソース)	はくさい たまねぎ にんじん しめじ ねぎ しょうが にんにく	白ごま	美唄味噌(うま味・大豆) オリーブオイル みそ	27.5	31.6
27 (日)	鮭のレモン醤油がけ	鮭		でん粉 なたね油 三温糖	酒 醤油 レモン果汁		
	パンバンジーサラダ	とりささみ(鶏)	もやし きゅうり にんじん		棒々鶏ドレッシング		
28 (月)	マーボー丼	豆腐(大豆) ぶた肉	しょうが にんにく にんじん ねぎ しいたけ	精白米 強化米 三温糖 ごま油 なたね油 でん粉	みそ 醤油 みりん コツメ 酒 バター トラノコ	734	886
	イカリングフライ(2コ)	イカリングフライ(小麦・卵・いか・大豆・ ゼラチン)		なたね油		32.2	38.3
	ハムとビーフンのサラダ	オリーブ(鶏)	きゅうり	ビーフン 三温糖 ごま油	醤油 酢		
30 (水)	ポークカレーライス	ぶた肉 牛乳 生クリーム(乳)	しょうが にんにく たまねぎ にんじん セロリ りんご	精白米 強化米 精麦 じゃがいも 小麦粉 バター(乳) なたね油	カレー粉 バター ローレル ジョウ チャップ ウスターソース ケチャップ 醤油 コツメ カレー粉(小麦・鶏・豚・大豆)	716	908
	フルーツカクテル					21.8	27.1

★ こんげつ きゅうしゅくもくひょう ★
* ♪ 今月の給食目標 ♪ *

にがて た もの ちょうせん
苦手な食べ物に挑戦しよう！

（目標達成のための参考にしてね！）

- 小さな一口から始める。
- 好きな味のものと一緒に食べる。
- お腹が空いている最初に食べる。
- 作ってくれた人のことを思い出してみる。

★ こんげつ びばいさんしゅくざい ★
♡ 今月の美唄産食材 ♡

こめ
* 米 (ななつぼし) *

こめこ
* 米粉 *

い❤BIBA!

あいさつびばい