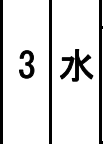
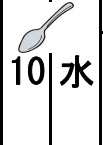
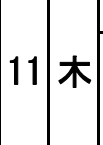
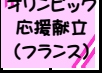
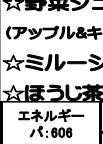
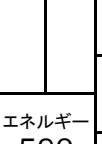


日	曜	献立名	材料	日	曜	献立名	材料	日	曜	献立名	材料	日	曜	献立名	材料	日	曜	献立名	材料
 1月	エネルギー 792 kcal	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	2火	 2火	菜めし	精白米(岩見沢産ななつぼし) 菜めしの素	3水	 3水	コッペパン	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)	4木	 4木	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	5金	 5金	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)
		トッポギと キムチの スープ	キムチ、豚もも肉、豆腐 にら、しめじ、トッポギ にんにく、キムチ味、みりん しょうゆ、酒、中華だしの素 塩、鶏がらスープ			ビーフン スープ	鶏もも肉、ビーフン、人 参 白菜、長ねぎ、しょうゆ コンソメ、鶏がらスープ 塩、こしょう、ごま油			ホワイト シチュー	ベーコン、ローリエ、玉ねぎ 人参、枝豆、牛乳、生クリーム スキムミルク、シチューの素 有塩バター、コンソメ、白ワイン 塩、こしょう、米油、鶏がらスープ			大根の みそ汁	大根、玉ねぎ、長ねぎ みそ、酒 だし昆布、かつおだし			ハヤシ ライス	豚もも肉、赤ワイン、ローリエ オールスパイス、玉ねぎ 人参、にんにく、しょうが トマトケチャップ、コンソメ ハヤシブレイク、しょうゆ トマトピューレ、こしょう デミグラスソース ブルーベリー、米油
		レモンザンギ	鶏もも肉、しょうが しょうゆ、酒、みりん、塩 でん粉、キャノーラ油 レモン果汁、三温糖			星のコロッケ	星のコロッケ キャノーラ油			豚肉の 香味焼き	豚ロース肉、塩、酒 三温糖、こしょう クレイジーソルト			いわしの 梅煮	いわしの梅煮			つぼ漬け	つぼ漬け
		中華サラダ	ポークハム、きゅうり、もやし 塩中華ドレッシング			七タゼリー	七タゼリー			イタリアン サラダ	キャベツ、ホールコーン イタリアンドレッシング			塩昆布炒め	塩昆布、白菜、ポークハム しょうゆ、三温糖、酒 みりん、米油			枝豆ソテー	枝豆、ベーコン、キャベツ コンソメ、塩、こしょう、米油
8月	エネルギー 549 kcal	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	9火	 9火	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	10水	 10水	バーガーパン	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)	11木	 11木	うどん	小麦粉(岩見沢産きたほなみ)	12金	 12金	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)
		きのこの みそ汁	きのこミックス、油揚げ 玉ねぎ、長ねぎ、みそ 酒、だし昆布、かつおだし			白玉汁	白玉、長ねぎ、大根 玉ねぎ、酒、しょうゆ、塩 だし昆布、かつおだし			レタスの スープ	レタス、ベーコン、人参 セロリ、酒、スープストック 塩、こしょう、鶏がらスープ			五目うどん (汁)	鶏もも肉、玉ねぎ、人参 干しいたけ、長ねぎ、酒 しょうゆ、三温糖、みりん 塩、だし昆布、かつおだし			キャベツの みそ汁	キャベツ、人参、長ねぎ、酒 みそ、だし昆布、かつおだし
		ほっけの しょうゆこうじ 焼き	ほっけ切り身 しょうゆこうじ、みりん			鉄ちゃん 焼きとり	鶏もも肉、玉ねぎ ブルーベリー、三温糖 しょうゆ、酒、でん粉 塩、こしょう、かつおだし			バーガー パティ	バーガーパティ デミグラスソース トマトケチャップ、三温糖 ウスターソース、赤ワイン ブルーベリー、塩			大根サラダ	大根、きゅうり ホールコーン 和風ドレッシング			ちくわの 磯辺揚げ	焼きちくわ、塩 天ぷらミックス、あおさ キャノーラ油、しょうゆ、酒 三温糖、みりん、かつおだし
ごはんの 炒め煮	ごぼう、人参、ひじき 突きこんにやく 米油、みりん、酒、三温糖 しょうゆ、かつおだし	スティック 納豆	スティック納豆	フライド ポテト	フライドポテト、塩 キャノーラ油	原宿ドッグ	原宿ドッグ(チーズ)	すき焼き 風煮	豚もも肉、白菜、焼き豆腐 玉ねぎ、糸こんにやく 米油、しょうゆ、三温糖 酒、みりん、かつおだし										
令和6年度 7・8月こんだてひょう 小学校(Bコース) 今日の地場産物 きゅうり・レタス・長ねぎ 米・キタノカオリワフタン 大豆・米粉・手作りみそ				16火		ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	17水		ソフトフランス	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)	18木		ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	19金		ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)
				エネルギー 650 kcal		どさんこ汁	豚もも肉、わかめ、玉ねぎ 豆腐、長ねぎ、ホールコーン みそ、しょうが、にんにく 酒、だし昆布、かつおだし			ペイザンヌ スープ	鶏もも肉、キャベツ、人参 セロリ、じゃがいも 玉ねぎ、コンソメ、塩 こしょう、鶏がらスープ			岩見沢 具汁	大豆、玉ねぎ、長ねぎ 人参、突きこんにやく 手作りみそ、酒 だし昆布、かつおだし	エネルギー 690 kcal		鶏肉の 米粉ザンギ	鶏もも肉、にんにく しょうが、しょうゆ、酒 米粉、キャノーラ油
22月	エネルギー 639 kcal	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	23火	 23火	黒糖パン	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)	24水	 24水	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	25木	 25木	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	26金	 26金	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)
		さつま汁	さつまいも、玉ねぎ 長ねぎ、みそ、酒 だし昆布、かつおだし			人参 ポタージュ	玉ねぎ、人参ペースト 牛乳、スキムミルク、塩 生クリーム、有塩バター シチューの素、野菜ブイヨン こしょう、鶏がらスープ			スープカレー	鶏もも肉、玉ねぎ、人参 しめじ、にんにく、しょうが スープカレーの素、塩 野菜ブイヨン、米油 鶏がらスープ			開拓井 (具)	豚ひき肉、鶏ひき肉、大豆 玉ねぎ、人参、しょうが ホールコーン、にんにく 赤みそ、三温糖、酒、みりん しょうゆ、米油、でん粉			わかめと トマトのスープ	わかめ、春雨、ポークハム 長ねぎ、ダイズマト にんにく、こしょう 中華だしの素、塩 ごま油、鶏がらスープ
		鶏肉の 塩だれ焼き	鶏もも肉、万能塩だれ 塩、こしょう			あらびき ウインナー	あらびきポークウインナー			いも もち	いももち キャノーラ油			いかリング フライ	いかリングフライ キャノーラ油			ショーロンポー	ショーロンポー
大根の 煮物	大根、豚もも肉、人参 三温糖、しょうが、酒 しょうゆ、米油、かつおだし	かんきつ サラダ	キャベツ、きゅうり まぐろ水煮 かんきつドレッシング	ピーマンの 炒めもの	青ピーマン、もやし、ベーコン 米油、スープストック、でん粉 塩、こしょう、しょうゆ	フルーツゼリー あえ	パインシラップ漬け 白桃ゼリー	ごぼうサラダ	ごぼう、人参、枝豆 焙煎胡麻ドレッシング										
食育もくひょう 夏の食事を考えよう 給食もくひょう 給食の前にはきれいに手を洗おう				8月 27火		ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	28水		コッペパン	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)	29木		ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)				
				エネルギー 623 kcal		サムゲタン風 スープ	鶏もも肉、もち麦、大根、人 参 白菜、長ねぎ、しょうが、塩 にんにく、酒、中華だしの素 こしょう、でん粉、鶏がらスープ	 28水		コンソメスープ	じゃがいも、玉ねぎ、セロリ 人参、長ねぎ、白ワイン コンソメ、塩、こしょう 鶏がらスープ	 29木		夏野菜カレー	鶏もも肉、玉ねぎ、人参 なす、ズッキーニ、いんげん ローリエ、オールスパイス にんにく、しょうが トマトケチャップ、米油 ウスターソース、チャツネ カレールウ、赤ワイン 鶏がらスープ	30金		ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)
						チチミ	チヂミ、キャノーラ油 しょうゆ、三温糖、ごま油 米酢、でん粉			オムレツ	オムレツ			福神漬	福神漬	エネルギー 690 kcal		みそカツ	豚ロース肉、塩、こしょう キタノカオリ、牛乳、パン粉 キャノーラ油、赤みそ、酒 三温糖、しょうゆ、みりん ごま油、にんにく 白炒りごま
【7・8月の平均栄養価】						オイスター ソース炒め	豚もも肉、玉ねぎ、青ピーマン オイスターソース、米油 しょうゆ、三温糖、酒 テンメンジャン、でん粉	エネルギー 577 kcal		ペンネ アラビアータ	ペンネ、枝豆、しめじ まぐろ水煮、にんにく、米油 ダイズマト、トマトケチャップ 野菜ブイヨン、三温糖、塩 こしょう、トウバンジャン	エネルギー 688 kcal		フルーツゼリー あえ	パインシラップ漬け はちみつレモンゼリー	エネルギー 690 kcal		煮びたし	もやし、チンゲンサイ、酒 三温糖、しょうゆ、みりん かつお節、かつおだし
小学校	645kcal	24.5g	20.1g	2.8g	中学校	748kcal	27.7g	21.7g	3.2g										