

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	ごはん	精白米(岩見沢産なつばし)	2	火	わかめごはん	精白米 (岩見沢産なつばし) わかめごはんの素	3	水	バーガーパン	小麦(岩見沢産キタノカオリ)	4	木	うどん	小麦(岩見沢産きたほなみ)
		すいとん汁	すいとん、玉ねぎ 長ねぎ、しょうゆ、塩 だし昆布、かつおだし			えのきの みそ汁	えのきだけ、人参 長ねぎ、みそ だし昆布、かつおだし			レタスの スープ煮	ベーコン、レタス、人参 セロリー、酒 スープストック 塩、こしょう			とり磯天 うどん (汁)	玉ねぎ、油揚げ、人参 長ねぎ、しょうゆ 三温糖、酒、みりん、塩 だし昆布、かつおだし
		鶏つくね	つくねハンバーグ			さばの しょうゆ煮	さばのしょうゆ煮			ツナマヨ フライ	ツナマヨフライ キャノーラ油			とり磯天	とり磯天 キャノーラ油
		たけのこの みそ煮	たけのこ、人参、焼くわ しらたき、たけのこ しょうが、赤みそ、酒 しょうゆ、米油、三温糖 だし昆布、かつおだし			豚肉と ピーマンの ソテー	豚もも肉、もやし 青ピーマン、米油 スープストック 塩、こしょう			フルーツあえ	バインシラップ漬け 洋なしシラップ漬け はちみつレモンゼリー			デザート	お星さまタルト
エネルギー 762 kcal				エネルギー 706 kcal				エネルギー 774 kcal				エネルギー 712 kcal			
8	月	ごはん	精白米(岩見沢産なつばし)	9	火	ごはん	精白米(岩見沢産なつばし)	10	水	コッペパン	小麦(岩見沢産キタノカオリ)	11	木	ごはん	精白米(岩見沢産なつばし)
		なめこの みそ汁	なめこ、玉ねぎ 長ねぎ みそ、かつおだし だし昆布			すまし汁	ブチ豆腐 突きこんにやく たけのこ、長ねぎ、酒 しょうゆ、みりん、塩 だし昆布、かつおだし			コーンクリ ムスープ	ホールコーン、玉ねぎ クリームコーン コーンクリームスープ スープストック、牛乳 有塩バター、塩、こしょう			フイヨン スープ	玉ねぎ、チンゲンサイ ウインナー 野菜フイヨン 酒、米油、塩、こしょう
		いわしの梅煮	いわしの梅煮			野菜入り すり身揚げ	野菜入りすり身揚げ キャノーラ油			トマトオムレツ	トマトオムレツ			チキンカツ	チキンカツ キャノーラ油
		大根の 炒め煮	大根、豚もも肉、人参 三温糖、みりん、しょうゆ 米油、酒、かつおだし だし昆布			豚肉の みそ炒め	キャベツ、玉ねぎ、米油 豚もも肉、酒、みりん トウバンジャン、にんにく しょうゆ、三温糖、赤みそ			ジャーマン ポテト	じゃがいも、ベーコン スープストック、塩 こしょう			和風サラダ	白菜、人参 かに風味かまぼこ 和風ドレッシング
エネルギー 690 kcal				エネルギー 713 kcal				エネルギー 880 kcal				エネルギー 695 kcal			
 今月の地場産物 ・手造りみそ ・レタス				16	火	ごはん	精白米(岩見沢産なつばし)	17	水	ごはん	精白米(岩見沢産なつばし)	18	木	ごはん	精白米(岩見沢産なつばし)
たまごスープ	鶏卵、玉ねぎ、ベーコン 長ねぎ、スープストック しょうゆ、塩、でん粉	わかめの みそ汁	わかめ、じゃがいも、み そ 長ねぎ、だし昆布 かつおだし			春雨スープ	春雨、豚もも肉、玉ねぎ 長ねぎ、スープストック 塩、こしょう、ごま油 しょうゆ								
ハンバーグ	ハンバーグ	真だらの 和風フライ	真だらの和風フライ キャノーラ油			肉巻	肉巻 キャノーラ油								
大根サラダ	大根、きゅうり 人参 かんきつドレッシング	高野豆腐の 煮物	高野豆腐、人参、玉ねぎ 鶏もも肉、酒、三温糖 しょうゆ、米油、みりん だし昆布、かつおだし			オイスター 炒め	もやし、人参、焼くわ オイスターソース、酒、米油 トウバンジャン、しょうゆ テンメンジャン、三温糖								
エネルギー 722 kcal				エネルギー 727 kcal				エネルギー 743 kcal				エネルギー 774 kcal			
22	月	ごはん	精白米(岩見沢産なつばし)	23	火	ごはん	精白米(岩見沢産なつばし)	24	水	ごはん	精白米(岩見沢産なつばし)	25	木	ごはん	精白米(岩見沢産なつばし)
		沢煮椀	大根、人参、たけのこ 長ねぎ、酒、塩、しょうゆ だし昆布、かつおだし			豚汁	豚もも肉、しょうが 木綿豆腐、玉ねぎ、人参 長ねぎ、手造りみそ だし昆布、かつおだし			開拓井 (具)	豚ひき肉、鶏むねひき肉 まめプラス、玉ねぎ 人参、ホールコーン しょうが、にんにく しょうゆ、三温糖、酒 みりん、でん粉 赤みそ、米油			いももち汁	いももち、鶏もも肉 玉ねぎ、長ねぎ、塩 しょうゆ、だし昆布 かつおだし
		鶏肉の 香味焼き	鶏もも肉 クレイジーソルト			さんまの かば焼き	さんまの竜田、キャノーラ油 でんぶん、酒、みりん しょうゆ、三温糖			彩り野菜の たまごやき	彩り野菜のたまごやき			枝豆コロッケ	枝豆コロッケ キャノーラ油
		小松菜の ソテー	小松菜 おさかなソーセージ 玉ねぎ、米油、塩 コンソメ、こしょう			ごまあえ	白菜、水菜、三温糖 かに風味かまぼこ しょうゆ、白すりごま 白炒りごま			つば漬け	パックつば漬け			ツナの 炒めもの	キャベツ、まぐろ水煮 人参、米油、しょうゆ 酒、塩、こしょう
エネルギー 726 kcal				エネルギー 883 kcal				エネルギー 944 kcal				エネルギー 726 kcal			