

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															
2月		ごはん	精白米(岩見沢産なつぽし)	3火	ごはん	精白米(岩見沢産なつぽし)	4水	コッペパン	小麦(岩見沢産タノカオリ)	5木	ごはん	精白米(岩見沢産なつぽし)	6金	ごはん	精白米(岩見沢産なつぽし)															
		すまし汁	なめこ、玉ねぎ、長ねぎ、酒、みりん、しょうゆ、塩、だし昆布、かつおだし		マーボー豆腐	ブチ豆腐、豚ひき肉、しょうが、にんにく、たけのこ、まめ、プラス、長ねぎ、ごま油、酒、三温糖、しょうゆ、赤みそ、トウバンシジャン、でん粉、テンメンシジャン		白菜のクリーム煮	鶏むね肉、玉ねぎ、白菜、牛乳、脱脂粉乳、有塩バター、コンソメ、こしょう、シチューの素		コンソメスープ	玉ねぎ、人参、ベーコン、長ねぎ、コンソメ、酒、塩、こしょう		じゃがいもと豚肉のみそ汁	じゃがいも、豚もも肉、長ねぎ、みそ、だし昆布、かつおだし															
		さばのみそ煮	さばのみそ煮		野菜シューマイ	野菜シューマイ		ツナマヨフライ	ツナマヨフライ、キャノーラ油		豆乳コロッケ	豆乳コロッケ、キャノーラ油		かぼちゃ入りオムレツ	かぼちゃ入りオムレツ															
エネルギー	708 kcal	れんこんのきんぴら	人参、れんこん、しらたき、豚もも肉、米油、みりん、三温糖、しょうゆ、だし昆布、かつおだし	エネルギー	799 kcal	チンゲンサイのソテー	チンゲンサイ、玉ねぎ、人参、米油、しょうゆ、オイスターソース、三温糖	エネルギー	915 kcal	大根サラダ	大根、ホールコーン、人参、しょうゆ、ドレッシング	エネルギー	705 kcal	もやしのソテー	もやし、青ピーマン、米油、おさかなソーセージ、塩、こしょう、スープストック	エネルギー	677 kcal	おかかあえ	キャベツ、小松菜、人参、焼ちくわ、しょうゆ、かつお削り節											
9月		ごはん	精白米(岩見沢産なつぽし)	10火	ごはん	精白米(岩見沢産なつぽし)	11水	ごはん	精白米(岩見沢産なつぽし)	12木	背割りコッペパン	小麦(岩見沢産タノカオリ)	 <p>今月の地場産物</p> <p>キャベツ きゅうり 玉ねぎ 人参 長ねぎ 白菜 ヤーコン 手造りみそ</p>																	
		きのこ汁	きのこミックス、玉ねぎ、長ねぎ、しょうゆ、塩、酒、だし昆布、油揚げ、かつおだし		にらとたまごのみそ汁	にら、鶏卵、長ねぎ、手造りみそ、だし昆布、かつおだし		ミートボールカレー	ミートボール、玉ねぎ、人参、にんにく、しょうが、トマトケチャップ、ウスターソース、カレールウ、チャツネ、米油		ラビオリスープ	ラビオリ、長ねぎ、人参、セロリ、スープストック、塩、こしょう																		
		白身魚フライ	白身魚フライ、キャノーラ油		手羽元のやわらか煮	手羽元のやわらか煮		福神漬	パック福神漬		ウイナー	ウイナー、三温糖、トマトケチャップ、ウスターソース																		
エネルギー	658 kcal	キャベツと糸かまの和風サラダ	キャベツ、きゅうり、人参、糸かまぼこ、和風ドレッシング	エネルギー	679 kcal	ごぼうの炒め煮	ごぼう、人参、さつまいも、玉ねぎ、米油、みりん、酒、三温糖、しょうゆ、だし昆布、かつおだし	エネルギー	822 kcal	チーズポテト	じゃがいも、玉ねぎ、牛乳、三温糖、シュレッドチーズ、有塩バター、塩																			
敬老の日		ごはん	精白米(岩見沢産なつぽし)	17火	ごはん	精白米(岩見沢産なつぽし)	18水	ごはん	精白米(岩見沢産なつぽし)	19木	ごはん	精白米(岩見沢産なつぽし)	20金	コッペパン	小麦(岩見沢産タノカオリ)															
		キムチスープ	キムチ、豚もも肉、木綿豆腐、にら、ぶなしめじ、長ねぎ、にんにく、三温糖、米油、しょうゆ、塩		大根のみそ汁	大根、玉ねぎ、長ねぎ、みそ、だし昆布、かつおだし		さんまの梅煮	さんまの梅煮		沢煮楠	たけのこ、ごぼう、酒、長ねぎ、しょうゆ、塩、だし昆布、かつおだし		人参ポタージュ	玉ねぎ、クリームコーン、人参ペースト、こしょう、牛乳、脱脂粉乳、生クリーム、有塩バター、シチューの素、スープストック、塩															
		はんぺんフライ	はんぺんフライ、キャノーラ油		ひじきの煮物	しらたき、人参、鶏もも肉、ひじき、米油、みりん、三温糖、酒、しょうゆ、だし昆布、かつおだし		五目厚焼き卵	五目厚焼き卵		豚肉と玉ねぎの甘辛煮	豚もも肉、玉ねぎ、人参、しょうが、三温糖、しょうゆ、トウバンシジャン、米油、一味唐辛子		ポテトコロッケ	ポテトコロッケ、キャノーラ油															
エネルギー	766 kcal	中華あえ	ポークハム、きゅうり、もやし、中華ドレッシング	エネルギー	689 kcal	玉ねぎのみそ汁	玉ねぎ、油揚げ、長ねぎ、手造りみそ、だし昆布、かつおだし	エネルギー	691 kcal	塩ラーメン(汁)	豚もも肉、白菜、玉ねぎ、長ねぎ、しょうが、にんにく、こしょう、塩、ラーメンスープ、米油	エネルギー	880 kcal	ツナサラダ	まぐろ水煮、キャベツ、水菜、ごまドレッシング															
今月のもくひょう 後片付けを きちんとしよう!				24火	ごはん	精白米(岩見沢産なつぽし)	25水	ごはん	精白米(岩見沢産なつぽし)	26木	ラーメン	小麦(岩見沢産タノカオリ)	27金	バーガーパン	小麦(岩見沢産タノカオリ)															
	えのきのみそ汁	えのきだけ、玉ねぎ、長ねぎ、みそ、だし昆布、かつおだし	ハヤシライス		豚もも肉、玉ねぎ、人参、にんにく、しょうが、赤ワイン、トマトケチャップ、しょうゆ、中濃ソース、ハヤシルウ、米油、トマトピューレ、こしょう、デミグラスソース、ブルーピューレ	塩ラーメン(汁)		豚もも肉、白菜、玉ねぎ、長ねぎ、しょうが、にんにく、こしょう、塩、ラーメンスープ、米油	たまごスープ		玉ねぎ、鶏卵、長ねぎ、しょうゆ、スープストック、塩、でん粉																			
	さんまのしょうが煮	さんまのしょうが煮	鮭の塩焼き		鮭切り身、塩	ペビードッグ		ペビードッグ、キャノーラ油	ハンバーグ		ハンバーグ																			
エネルギー	653 kcal	鶏肉とヤーコンのピリ辛炒め	ヤーコン、大根、人参、鶏もも肉、しらたき、米油、しょうが、にんにく、酒、三温糖、しょうゆ、トウバンシジャン	エネルギー	815 kcal	フルーツあえ	バナナ、リンゴ、オレンジ、グレープフルーツ、ヨーグルト、砂糖	エネルギー	726 kcal	ナムル	もやし、人参、小松菜、しょうゆ、米酢、三温糖、ごま油	エネルギー	751 kcal	キャベツのソテー	キャベツ、ポークハム、人参、こしょう、しょうゆ、コンソメ、米油、塩															
30月		ごはん	精白米(岩見沢産なつぽし)	<p>令和元年度 9月 こんだてひょう</p> <p>【9月の平均栄養価】</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>塩分</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>小学校</td><td>647 kcal</td><td>24.0 g</td><td>20.5 g</td><td>2.8 g</td></tr> <tr> <td>中学校</td><td>752 kcal</td><td>27.1 g</td><td>22.1 g</td><td>3.3 g</td></tr> </tbody> </table> <p>※アレルギーに関しては必要な方に原材料配合表をお渡ししています。そちらをご確認ください。</p>													エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分	小学校	647 kcal	24.0 g	20.5 g	2.8 g	中学校	752 kcal	27.1 g	22.1 g	3.3 g
		エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分																									
小学校	647 kcal	24.0 g	20.5 g	2.8 g																										
中学校	752 kcal	27.1 g	22.1 g	3.3 g																										
エネルギー	750 kcal	高野豆腐の煮物	高野豆腐、人参、米油、鶏もも肉、たけのこ、みりん、酒、三温糖、しょうゆ、だし昆布、かつおだし	<p>中学校(Bコース)</p>																										