

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																																																												
令和3年度 4月 小学校 (Bコース)				【 4月の平均栄養価 】 <table><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><tr><td>小学校</td><td>630kcal</td><td>23.9g</td><td>19.1g</td><td>2.8g</td></tr><tr><td>中学校</td><td>739kcal</td><td>27.3g</td><td>21.0g</td><td>3.3g</td></tr></table>					エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分	小学校	630kcal	23.9g	19.1g	2.8g	中学校	739kcal	27.3g	21.0g	3.3g	今月のもくひょう 学校給食に ついて知ろう！				「こんだてひょう」の読み方 特別献立の日は、マークが付いています。 料理ごとの材料を記載しています。食材は、なるべく岩見沢産のもの、北海道産のものを 使うようにしています。 一食ごとのエネルギー量を記載しています。				<table><tr><td rowspan="3">8</td><td rowspan="3">水</td><td>ごはん</td><td>精白米(岩見沢産ななつぼし)</td></tr><tr><td>きのこ汁</td><td>きのこミックス、 突きこんにやく、 長ねぎ、しょうゆ、酒、塩 だし昆布、かつおだし</td></tr><tr><td>鮭の塩焼き</td><td>鮭切り身、塩</td></tr><tr><td>エネルギー</td><td>676 kcal</td><td>肉じゃが</td><td>豚もも肉、じゃがいも、 玉ねぎ、人参、みりん、 三温糖、しょうゆ、酒、米油、 だし昆布、かつおだし</td></tr></table>				8	水	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	きのこ汁	きのこミックス、 突きこんにやく、 長ねぎ、しょうゆ、酒、塩 だし昆布、かつおだし	鮭の塩焼き	鮭切り身、塩	エネルギー	676 kcal	肉じゃが	豚もも肉、じゃがいも、 玉ねぎ、人参、みりん、 三温糖、しょうゆ、酒、米油、 だし昆布、かつおだし																																	
	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分																																																																											
小学校	630kcal	23.9g	19.1g	2.8g																																																																											
中学校	739kcal	27.3g	21.0g	3.3g																																																																											
8	水	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)																																																																												
		きのこ汁	きのこミックス、 突きこんにやく、 長ねぎ、しょうゆ、酒、塩 だし昆布、かつおだし																																																																												
		鮭の塩焼き	鮭切り身、塩																																																																												
エネルギー	676 kcal	肉じゃが	豚もも肉、じゃがいも、 玉ねぎ、人参、みりん、 三温糖、しょうゆ、酒、米油、 だし昆布、かつおだし																																																																												
今月の地場産物 玉ねぎ 大豆 手造りみそ				<table><tr><td rowspan="3">6</td><td rowspan="3">火</td><td>コッペパン</td><td>小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)</td></tr><tr><td>豆乳シチュー</td><td>鶏むね肉、玉ねぎ、人参、 じゃがいも、調整豆乳、 シチューベース、コンソメ、 塩、こしょう、米油</td></tr><tr><td>おさかなフライ</td><td>おさかなフライ、キャノーラ油、 中濃ソース、三温糖</td></tr><tr><td>エネルギー</td><td>698 kcal</td><td>キャベツとツナのサラダ</td><td>キャベツ、ホールコーン、 まぐろ水煮、香味塩ドレッシング</td></tr></table>				6	火	コッペパン	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)	豆乳シチュー	鶏むね肉、玉ねぎ、人参、 じゃがいも、調整豆乳、 シチューベース、コンソメ、 塩、こしょう、米油	おさかなフライ	おさかなフライ、キャノーラ油、 中濃ソース、三温糖	エネルギー	698 kcal	キャベツとツナのサラダ	キャベツ、ホールコーン、 まぐろ水煮、香味塩ドレッシング	<table><tr><td rowspan="3">7</td><td rowspan="3">水</td><td>ごはん</td><td>精白米(岩見沢産ななつぼし)</td></tr><tr><td>きのこのみそ汁</td><td>きのこミックス、玉ねぎ、 長ねぎ、みそ、だし昆布、 かつおだし</td></tr><tr><td>手羽元のやわらか煮</td><td>手羽元のやわらか煮</td></tr><tr><td>エネルギー</td><td>583 kcal</td><td>ふきの炊き合わせ</td><td>ふき水煮、人参、さつま揚げ、 しらたき、米油、酒、みりん、 三温糖、しょうゆ、だし昆布、 かつおだし</td></tr></table>				7	水	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、玉ねぎ、 長ねぎ、みそ、だし昆布、 かつおだし	手羽元のやわらか煮	手羽元のやわらか煮	エネルギー	583 kcal	ふきの炊き合わせ	ふき水煮、人参、さつま揚げ、 しらたき、米油、酒、みりん、 三温糖、しょうゆ、だし昆布、 かつおだし	<table><tr><td rowspan="3">8</td><td rowspan="3">木</td><td>ごはん</td><td>精白米(岩見沢産ななつぼし)</td></tr><tr><td>すいとん汁</td><td>すいとん、白菜、長ねぎ、 しょうゆ、塩、だし昆布、 かつおだし</td></tr><tr><td>いかカツ</td><td>いかカツ、キャノーラ油</td></tr><tr><td>エネルギー</td><td>633 kcal</td><td>鶏肉とピーマンのみそ炒め</td><td>鶏もも肉、玉ねぎ、人参、 青ピーマン、三温糖、酒、 みりん、赤みそ、米油</td></tr></table>				8	木	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	すいとん汁	すいとん、白菜、長ねぎ、 しょうゆ、塩、だし昆布、 かつおだし	いかカツ	いかカツ、キャノーラ油	エネルギー	633 kcal	鶏肉とピーマンのみそ炒め	鶏もも肉、玉ねぎ、人参、 青ピーマン、三温糖、酒、 みりん、赤みそ、米油	<table><tr><td rowspan="3">9</td><td rowspan="3">金</td><td>ごはん</td><td>精白米(岩見沢産ななつぼし)</td></tr><tr><td>ハヤシライス</td><td>豚もも肉、赤ワイン、玉ねぎ、 人参、にんにく、しょうが、 中濃ソース、トマトケチャップ、 トマトピューレ、ハヤシルウ、 デミグラスソース、しょうゆ、 こしょう、米油、ブルーベリー</td></tr><tr><td>小魚</td><td>パック小魚</td></tr><tr><td>エネルギー</td><td>669 kcal</td><td>三色あえ</td><td>もやし、チンゲンサイ、 ポークハム、かんきつドレッシング</td></tr></table>				9	金	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	ハヤシライス	豚もも肉、赤ワイン、玉ねぎ、 人参、にんにく、しょうが、 中濃ソース、トマトケチャップ、 トマトピューレ、ハヤシルウ、 デミグラスソース、しょうゆ、 こしょう、米油、ブルーベリー	小魚	パック小魚	エネルギー	669 kcal	三色あえ	もやし、チンゲンサイ、 ポークハム、かんきつドレッシング												
6	火	コッペパン	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)																																																																												
		豆乳シチュー	鶏むね肉、玉ねぎ、人参、 じゃがいも、調整豆乳、 シチューベース、コンソメ、 塩、こしょう、米油																																																																												
		おさかなフライ	おさかなフライ、キャノーラ油、 中濃ソース、三温糖																																																																												
エネルギー	698 kcal	キャベツとツナのサラダ	キャベツ、ホールコーン、 まぐろ水煮、香味塩ドレッシング																																																																												
7	水	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、玉ねぎ、 長ねぎ、みそ、だし昆布、 かつおだし																																																																												
		手羽元のやわらか煮	手羽元のやわらか煮																																																																												
エネルギー	583 kcal	ふきの炊き合わせ	ふき水煮、人参、さつま揚げ、 しらたき、米油、酒、みりん、 三温糖、しょうゆ、だし昆布、 かつおだし																																																																												
8	木	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)																																																																												
		すいとん汁	すいとん、白菜、長ねぎ、 しょうゆ、塩、だし昆布、 かつおだし																																																																												
		いかカツ	いかカツ、キャノーラ油																																																																												
エネルギー	633 kcal	鶏肉とピーマンのみそ炒め	鶏もも肉、玉ねぎ、人参、 青ピーマン、三温糖、酒、 みりん、赤みそ、米油																																																																												
9	金	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)																																																																												
		ハヤシライス	豚もも肉、赤ワイン、玉ねぎ、 人参、にんにく、しょうが、 中濃ソース、トマトケチャップ、 トマトピューレ、ハヤシルウ、 デミグラスソース、しょうゆ、 こしょう、米油、ブルーベリー																																																																												
		小魚	パック小魚																																																																												
エネルギー	669 kcal	三色あえ	もやし、チンゲンサイ、 ポークハム、かんきつドレッシング																																																																												
<table><tr><td rowspan="3">12</td><td rowspan="3">月</td><td>ごはん</td><td>精白米(岩見沢産ななつぼし)</td></tr><tr><td>わかめのみそ汁</td><td>わかめ、長ねぎ、玉ねぎ、 みそ、だし昆布、かつおだし</td></tr><tr><td>さんまのおかか煮</td><td>さんまのおかか煮</td></tr><tr><td>エネルギー</td><td>629 kcal</td><td>大根と豚肉の煮物</td><td>大根、豚もも肉、人参、 しょうが、三温糖、みりん、 しょうゆ、米油、酒、だし昆布、 かつおだし</td></tr></table>				12	月	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	わかめのみそ汁	わかめ、長ねぎ、玉ねぎ、 みそ、だし昆布、かつおだし	さんまのおかか煮	さんまのおかか煮	エネルギー	629 kcal	大根と豚肉の煮物	大根、豚もも肉、人参、 しょうが、三温糖、みりん、 しょうゆ、米油、酒、だし昆布、 かつおだし	<table><tr><td rowspan="3">13</td><td rowspan="3">火</td><td>コッペパン</td><td>小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)</td></tr><tr><td>ポトフ</td><td>キャベツ、豚もも肉、セロリ、 人参、スープストック、塩、 酒、米油</td></tr><tr><td>トマトグラタン</td><td>トマトグラタン</td></tr><tr><td>エネルギー</td><td>606 kcal</td><td>玉ねぎとソーセージのソテー</td><td>玉ねぎ、青ピーマン、おさかな、 ソーセージ、米油、コンソメ、 塩、こしょう</td></tr></table>				13	火	コッペパン	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)	ポトフ	キャベツ、豚もも肉、セロリ、 人参、スープストック、塩、 酒、米油	トマトグラタン	トマトグラタン	エネルギー	606 kcal	玉ねぎとソーセージのソテー	玉ねぎ、青ピーマン、おさかな、 ソーセージ、米油、コンソメ、 塩、こしょう	<table><tr><td rowspan="3">14</td><td rowspan="3">水</td><td>ごはん</td><td>精白米(岩見沢産ななつぼし)</td></tr><tr><td>すまし汁</td><td>木綿豆腐、えのきだけ、 長ねぎ、しょうゆ、酒、みりん、 塩、だし昆布、かつおだし</td></tr><tr><td>チキンみそカツ</td><td>チキンみそカツ、キャノーラ油</td></tr><tr><td>エネルギー</td><td>594 kcal</td><td>おかかあえ</td><td>白菜、人参、焼ちくわ、 かつお削り節、しょうゆ</td></tr></table>				14	水	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	すまし汁	木綿豆腐、えのきだけ、 長ねぎ、しょうゆ、酒、みりん、 塩、だし昆布、かつおだし	チキンみそカツ	チキンみそカツ、キャノーラ油	エネルギー	594 kcal	おかかあえ	白菜、人参、焼ちくわ、 かつお削り節、しょうゆ	<table><tr><td rowspan="3">15</td><td rowspan="3">木</td><td>ラーメン</td><td>小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)</td></tr><tr><td>塩ラーメン(汁)</td><td>豚もも肉、塩メンマ、玉ねぎ、 人参、長ねぎ、しょうが、 塩ラーメンスープ、にんにく、 こしょう、米油</td></tr><tr><td>シューマイ</td><td>シューマイ</td></tr><tr><td>エネルギー</td><td>610 kcal</td><td>ナムル</td><td>もやし、小松菜、糸かまぼこ、 しょうゆ、米酢、三温糖、 ごま油</td></tr></table>				15	木	ラーメン	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)	塩ラーメン(汁)	豚もも肉、塩メンマ、玉ねぎ、 人参、長ねぎ、しょうが、 塩ラーメンスープ、にんにく、 こしょう、米油	シューマイ	シューマイ	エネルギー	610 kcal	ナムル	もやし、小松菜、糸かまぼこ、 しょうゆ、米酢、三温糖、 ごま油	<table><tr><td rowspan="3">16</td><td rowspan="3">金</td><td>ごはん</td><td>精白米(岩見沢産ななつぼし)</td></tr><tr><td>野菜団子汁</td><td>野菜ミックスボール、玉ねぎ、 長ねぎ、しょうが、みそ、 だし昆布、かつおだし</td></tr><tr><td>ほっけフライ</td><td>ほっけフライ、キャノーラ油</td></tr><tr><td>エネルギー</td><td>623 kcal</td><td>きんぴらごぼう</td><td>ごぼう、人参、鶏もも肉、 しらたき、米油、みりん、 酒、三温糖、しょうゆ、 だし昆布、かつおだし</td></tr></table>				16	金	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	野菜団子汁	野菜ミックスボール、玉ねぎ、 長ねぎ、しょうが、みそ、 だし昆布、かつおだし	ほっけフライ	ほっけフライ、キャノーラ油	エネルギー	623 kcal	きんぴらごぼう	ごぼう、人参、鶏もも肉、 しらたき、米油、みりん、 酒、三温糖、しょうゆ、 だし昆布、かつおだし
12	月	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)																																																																												
		わかめのみそ汁	わかめ、長ねぎ、玉ねぎ、 みそ、だし昆布、かつおだし																																																																												
		さんまのおかか煮	さんまのおかか煮																																																																												
エネルギー	629 kcal	大根と豚肉の煮物	大根、豚もも肉、人参、 しょうが、三温糖、みりん、 しょうゆ、米油、酒、だし昆布、 かつおだし																																																																												
13	火	コッペパン	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)																																																																												
		ポトフ	キャベツ、豚もも肉、セロリ、 人参、スープストック、塩、 酒、米油																																																																												
		トマトグラタン	トマトグラタン																																																																												
エネルギー	606 kcal	玉ねぎとソーセージのソテー	玉ねぎ、青ピーマン、おさかな、 ソーセージ、米油、コンソメ、 塩、こしょう																																																																												
14	水	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)																																																																												
		すまし汁	木綿豆腐、えのきだけ、 長ねぎ、しょうゆ、酒、みりん、 塩、だし昆布、かつおだし																																																																												
		チキンみそカツ	チキンみそカツ、キャノーラ油																																																																												
エネルギー	594 kcal	おかかあえ	白菜、人参、焼ちくわ、 かつお削り節、しょうゆ																																																																												
15	木	ラーメン	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)																																																																												
		塩ラーメン(汁)	豚もも肉、塩メンマ、玉ねぎ、 人参、長ねぎ、しょうが、 塩ラーメンスープ、にんにく、 こしょう、米油																																																																												
		シューマイ	シューマイ																																																																												
エネルギー	610 kcal	ナムル	もやし、小松菜、糸かまぼこ、 しょうゆ、米酢、三温糖、 ごま油																																																																												
16	金	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)																																																																												
		野菜団子汁	野菜ミックスボール、玉ねぎ、 長ねぎ、しょうが、みそ、 だし昆布、かつおだし																																																																												
		ほっけフライ	ほっけフライ、キャノーラ油																																																																												
エネルギー	623 kcal	きんぴらごぼう	ごぼう、人参、鶏もも肉、 しらたき、米油、みりん、 酒、三温糖、しょうゆ、 だし昆布、かつおだし																																																																												
<table><tr><td rowspan="3">19</td><td rowspan="3">月</td><td>ごはん</td><td>精白米(岩見沢産ななつぼし)</td></tr><tr><td>なめこ汁</td><td>なめこ、大根、長ねぎ、 しょうゆ、塩、だし昆布、 かつおだし</td></tr><tr><td>さばのみそ煮</td><td>さばのみそ煮</td></tr><tr><td>エネルギー</td><td>604 kcal</td><td>たけのこの煮物</td><td>鶏もも肉、たけのこ、酒、 人参、枝豆、しょうゆ、 三温糖、塩、みりん、米油、 だし昆布、かつおだし</td></tr></table>				19	月	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	なめこ汁	なめこ、大根、長ねぎ、 しょうゆ、塩、だし昆布、 かつおだし	さばのみそ煮	さばのみそ煮	エネルギー	604 kcal	たけのこの煮物	鶏もも肉、たけのこ、酒、 人参、枝豆、しょうゆ、 三温糖、塩、みりん、米油、 だし昆布、かつおだし	<table><tr><td rowspan="3">20</td><td rowspan="3">火</td><td>ごはん</td><td>精白米(岩見沢産ななつぼし)</td></tr><tr><td>中華スープ</td><td>玉ねぎ、チンゲンサイ、 糸かまぼこ、長ねぎ、塩、 こしょう、しょうゆ</td></tr><tr><td>野菜のチヂミ</td><td>野菜のチヂミ、キャノーラ油</td></tr><tr><td>エネルギー</td><td>648 kcal</td><td>茎わかめのソテー</td><td>茎わかめ、豚もも肉、人参、 ごま油、しょうゆ、三温糖、 酒、みりん</td></tr></table>				20	火	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	中華スープ	玉ねぎ、チンゲンサイ、 糸かまぼこ、長ねぎ、塩、 こしょう、しょうゆ	野菜のチヂミ	野菜のチヂミ、キャノーラ油	エネルギー	648 kcal	茎わかめのソテー	茎わかめ、豚もも肉、人参、 ごま油、しょうゆ、三温糖、 酒、みりん	<table><tr><td rowspan="3">21</td><td rowspan="3">水</td><td>コッペパン</td><td>小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)</td></tr><tr><td>コーンスープ</td><td>ホールコーン、玉ねぎ、 シチューベース、調整豆乳、 塩、米油</td></tr><tr><td>あらびきハンバーグ</td><td>あらびきハンバーグ、 中濃ソース、三温糖</td></tr><tr><td>エネルギー</td><td>677 kcal</td><td>イタリアンサラダ</td><td>キャベツ、きゅうり、 まぐろ水煮、イタリアンドレッシング</td></tr></table>				21	水	コッペパン	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)	コーンスープ	ホールコーン、玉ねぎ、 シチューベース、調整豆乳、 塩、米油	あらびきハンバーグ	あらびきハンバーグ、 中濃ソース、三温糖	エネルギー	677 kcal	イタリアンサラダ	キャベツ、きゅうり、 まぐろ水煮、イタリアンドレッシング	<table><tr><td rowspan="3">22</td><td rowspan="3">木</td><td>うどん</td><td>小麦粉(岩見沢産きたほなみ)</td></tr><tr><td>肉うどん(汁)</td><td>豚もも肉、玉ねぎ、人参、 ほうれん草、長ねぎ、 しょうゆ、三温糖、酒、 みりん、塩、だし昆布、 かつおだし</td></tr><tr><td>いももち</td><td>いももち、キャノーラ油</td></tr><tr><td>エネルギー</td><td>615 kcal</td><td>フルーツあえ</td><td>パインシラップ漬け、 洋ナシシラップ漬け、 シャインマスカットゼリー</td></tr></table>				22	木	うどん	小麦粉(岩見沢産きたほなみ)	肉うどん(汁)	豚もも肉、玉ねぎ、人参、 ほうれん草、長ねぎ、 しょうゆ、三温糖、酒、 みりん、塩、だし昆布、 かつおだし	いももち	いももち、キャノーラ油	エネルギー	615 kcal	フルーツあえ	パインシラップ漬け、 洋ナシシラップ漬け、 シャインマスカットゼリー	<table><tr><td rowspan="3">23</td><td rowspan="3">金</td><td>菜めし</td><td>精白米(岩見沢産ななつぼし)、 菜めしの素</td></tr><tr><td>岩見沢臭汁</td><td>大豆、人参、ごぼう、 突きこんにやく、白菜、 長ねぎ、手造りみそ、酒、 だし昆布、かつおだし</td></tr><tr><td>鮭の塩焼き</td><td>鮭切り身、塩</td></tr><tr><td>エネルギー</td><td>604 kcal</td><td>鶏肉と玉ねぎの甘辛煮</td><td>鶏もも肉、玉ねぎ、 いんげん、しょうが、 三温糖、トウバンジャン、 米油、酒、しょうゆ、 一味唐辛子</td></tr></table>				23	金	菜めし	精白米(岩見沢産ななつぼし)、 菜めしの素	岩見沢臭汁	大豆、人参、ごぼう、 突きこんにやく、白菜、 長ねぎ、手造りみそ、酒、 だし昆布、かつおだし	鮭の塩焼き	鮭切り身、塩	エネルギー	604 kcal	鶏肉と玉ねぎの甘辛煮	鶏もも肉、玉ねぎ、 いんげん、しょうが、 三温糖、トウバンジャン、 米油、酒、しょうゆ、 一味唐辛子
19	月	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)																																																																												
		なめこ汁	なめこ、大根、長ねぎ、 しょうゆ、塩、だし昆布、 かつおだし																																																																												
		さばのみそ煮	さばのみそ煮																																																																												
エネルギー	604 kcal	たけのこの煮物	鶏もも肉、たけのこ、酒、 人参、枝豆、しょうゆ、 三温糖、塩、みりん、米油、 だし昆布、かつおだし																																																																												
20	火	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)																																																																												
		中華スープ	玉ねぎ、チンゲンサイ、 糸かまぼこ、長ねぎ、塩、 こしょう、しょうゆ																																																																												
		野菜のチヂミ	野菜のチヂミ、キャノーラ油																																																																												
エネルギー	648 kcal	茎わかめのソテー	茎わかめ、豚もも肉、人参、 ごま油、しょうゆ、三温糖、 酒、みりん																																																																												
21	水	コッペパン	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)																																																																												
		コーンスープ	ホールコーン、玉ねぎ、 シチューベース、調整豆乳、 塩、米油																																																																												
		あらびきハンバーグ	あらびきハンバーグ、 中濃ソース、三温糖																																																																												
エネルギー	677 kcal	イタリアンサラダ	キャベツ、きゅうり、 まぐろ水煮、イタリアンドレッシング																																																																												
22	木	うどん	小麦粉(岩見沢産きたほなみ)																																																																												
		肉うどん(汁)	豚もも肉、玉ねぎ、人参、 ほうれん草、長ねぎ、 しょうゆ、三温糖、酒、 みりん、塩、だし昆布、 かつおだし																																																																												
		いももち	いももち、キャノーラ油																																																																												
エネルギー	615 kcal	フルーツあえ	パインシラップ漬け、 洋ナシシラップ漬け、 シャインマスカットゼリー																																																																												
23	金	菜めし	精白米(岩見沢産ななつぼし)、 菜めしの素																																																																												
		岩見沢臭汁	大豆、人参、ごぼう、 突きこんにやく、白菜、 長ねぎ、手造りみそ、酒、 だし昆布、かつおだし																																																																												
		鮭の塩焼き	鮭切り身、塩																																																																												
エネルギー	604 kcal	鶏肉と玉ねぎの甘辛煮	鶏もも肉、玉ねぎ、 いんげん、しょうが、 三温糖、トウバンジャン、 米油、酒、しょうゆ、 一味唐辛子																																																																												
<table><tr><td rowspan="3">26</td><td rowspan="3">月</td><td>ごはん</td><td>精白米(岩見沢産ななつぼし)</td></tr><tr><td>高野豆腐のみそ汁</td><td>高野豆腐、干しいたけ、 ごぼう、長ねぎ、みそ、 酒、だし昆布、かつおだし</td></tr><tr><td>いわしの梅煮</td><td>いわしの梅煮</td></tr><tr><td>エネルギー</td><td>614 kcal</td><td>れんこんの炒め煮</td><td>れんこん、鶏もも肉、 人参、玉ねぎ、三温糖、 しょうゆ、酒、米油、 みりん、だし昆布、 かつおだし</td></tr></table>				26	月	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	高野豆腐のみそ汁	高野豆腐、干しいたけ、 ごぼう、長ねぎ、みそ、 酒、だし昆布、かつおだし	いわしの梅煮	いわしの梅煮	エネルギー	614 kcal	れんこんの炒め煮	れんこん、鶏もも肉、 人参、玉ねぎ、三温糖、 しょうゆ、酒、米油、 みりん、だし昆布、 かつおだし	<table><tr><td rowspan="3">27</td><td rowspan="3">火</td><td>コッペパン</td><td>小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)</td></tr><tr><td>コンソメスープ</td><td>じゃがいも、ベーコン、 セロリ、白菜、長ねぎ、 米油、コンソメ、塩、 こしょう</td></tr><tr><td>コロッケ</td><td>豆乳コロッケ、中濃ソース、 三温糖、キャノーラ油</td></tr><tr><td>エネルギー</td><td>610 kcal</td><td>キャベツのソテー</td><td>キャベツ、人参、ホールコーン、 スープストック、塩、 こしょう、米油</td></tr></table>				27	火	コッペパン	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)	コンソメスープ	じゃがいも、ベーコン、 セロリ、白菜、長ねぎ、 米油、コンソメ、塩、 こしょう	コロッケ	豆乳コロッケ、中濃ソース、 三温糖、キャノーラ油	エネルギー	610 kcal	キャベツのソテー	キャベツ、人参、ホールコーン、 スープストック、塩、 こしょう、米油	<table><tr><td rowspan="3">28</td><td rowspan="3">水</td><td>ごはん</td><td>精白米(岩見沢産ななつぼし)</td></tr><tr><td>ポークカレー</td><td>豚もも肉、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、 カレーパウダー、チャツネ、 米油</td></tr><tr><td>お祝いいちごゼリー</td><td>お祝いいちごゼリー</td></tr><tr><td>エネルギー</td><td>697 kcal</td><td>もやしの炒めもの</td><td>もやし、青ピーマン、 焼ちくわ、ごま油、 しょうゆ、三温糖、 酒、みりん</td></tr></table>				28	水	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	ポークカレー	豚もも肉、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、 カレーパウダー、チャツネ、 米油	お祝いいちごゼリー	お祝いいちごゼリー	エネルギー	697 kcal	もやしの炒めもの	もやし、青ピーマン、 焼ちくわ、ごま油、 しょうゆ、三温糖、 酒、みりん	♪牛乳(お茶)は、毎日つきます。 ♪はしは、毎日持参しましょう。 ♪食材の都合により献立の内容が一部変わることもあります。 ♪マークの日はスプーンがつきます。 ♪ごはんにおこげが入っている場合があります。 ※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。				<table><tr><td rowspan="3">30</td><td rowspan="3">金</td><td>ごはん</td><td>精白米(岩見沢産ななつぼし)</td></tr><tr><td>白玉汁</td><td>白玉、長ねぎ、玉ねぎ、 酒、しょうゆ、塩、 だし昆布、かつおだし</td></tr><tr><td>肉詰め信田</td><td>肉詰め信田</td></tr><tr><td>エネルギー</td><td>634 kcal</td><td>切干大根の煮物</td><td>切干大根、人参、豚もも肉、 酒、米油、みりん、 三温糖、しょうゆ、 だし昆布、かつおだし</td></tr></table>				30	金	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)	白玉汁	白玉、長ねぎ、玉ねぎ、 酒、しょうゆ、塩、 だし昆布、かつおだし	肉詰め信田	肉詰め信田	エネルギー	634 kcal	切干大根の煮物	切干大根、人参、豚もも肉、 酒、米油、みりん、 三温糖、しょうゆ、 だし昆布、かつおだし												
26	月	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)																																																																												
		高野豆腐のみそ汁	高野豆腐、干しいたけ、 ごぼう、長ねぎ、みそ、 酒、だし昆布、かつおだし																																																																												
		いわしの梅煮	いわしの梅煮																																																																												
エネルギー	614 kcal	れんこんの炒め煮	れんこん、鶏もも肉、 人参、玉ねぎ、三温糖、 しょうゆ、酒、米油、 みりん、だし昆布、 かつおだし																																																																												
27	火	コッペパン	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)																																																																												
		コンソメスープ	じゃがいも、ベーコン、 セロリ、白菜、長ねぎ、 米油、コンソメ、塩、 こしょう																																																																												
		コロッケ	豆乳コロッケ、中濃ソース、 三温糖、キャノーラ油																																																																												
エネルギー	610 kcal	キャベツのソテー	キャベツ、人参、ホールコーン、 スープストック、塩、 こしょう、米油																																																																												
28	水	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)																																																																												
		ポークカレー	豚もも肉、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、 カレーパウダー、チャツネ、 米油																																																																												
		お祝いいちごゼリー	お祝いいちごゼリー																																																																												
エネルギー	697 kcal	もやしの炒めもの	もやし、青ピーマン、 焼ちくわ、ごま油、 しょうゆ、三温糖、 酒、みりん																																																																												
30	金	ごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし)																																																																												
		白玉汁	白玉、長ねぎ、玉ねぎ、 酒、しょうゆ、塩、 だし昆布、かつおだし																																																																												
		肉詰め信田	肉詰め信田																																																																												
エネルギー	634 kcal	切干大根の煮物	切干大根、人参、豚もも肉、 酒、米油、みりん、 三温糖、しょうゆ、 だし昆布、かつおだし																																																																												