

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 中学校 (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 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 突きこんにゃく 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 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 突きこんにゃく 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 突きこんにゃく 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 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 841 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 841 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 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 670 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 670 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 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 755 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 755 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 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 ブルーピューレ</td></tr><tr><td>小魚</td><td>パック小魚</td></tr><tr><td>エネルギー 786 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 ブルーピューレ	小魚	パック小魚	エネルギー 786 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 841 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 670 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 755 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 ブルーピューレ																																																																			
	小魚	パック小魚																																																																			
エネルギー 786 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 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 723 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 723 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 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 セロリー、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 759 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 セロリー、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 759 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 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 703 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 703 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 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 758 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 758 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 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 718 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 718 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 723 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 セロリー、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 759 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 703 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 758 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 718 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 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 690 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 690 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 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 740 kcal</td><td>莖わかめの ソテー</td><td>莖わかめ、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 740 kcal	莖わかめの ソテー	莖わかめ、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 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 794 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 794 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 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 692 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 692 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 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>岩見沢呉汁</td><td>大豆、人参、ごぼう 突きこんにゃく、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 700 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	岩見沢呉汁	大豆、人参、ごぼう 突きこんにゃく、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 700 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 690 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 740 kcal	莖わかめの ソテー	莖わかめ、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 794 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 692 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																																																																			
	岩見沢呉汁	大豆、人参、ごぼう 突きこんにゃく、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 700 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 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 708 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 708 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 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 セロリー、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 710 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 セロリー、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 710 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 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 カレー粉、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 815 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 カレー粉、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 815 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 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 751 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 751 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 708 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 セロリー、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 710 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 カレー粉、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 815 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 751 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																																																																			