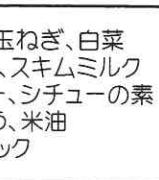
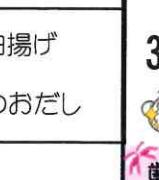
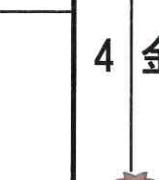
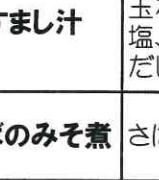
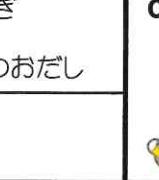
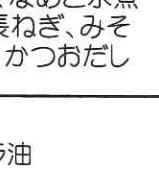
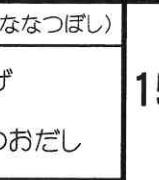
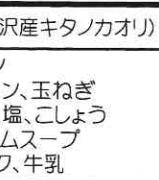
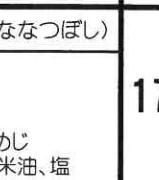
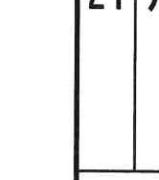
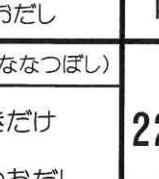
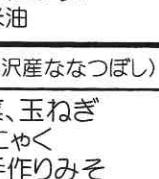
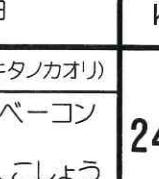
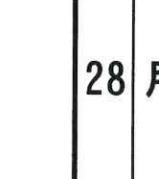
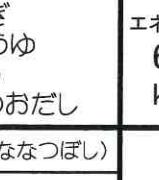
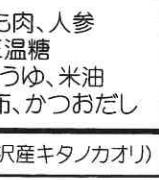
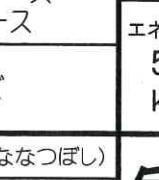
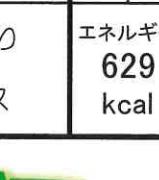
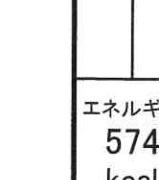


日	曜	献立名	材料	日	曜	献立名	材料	日	曜	献立名	材料	日	曜	献立名	材料										
♪牛乳(お茶)は、毎日つきます。 ♪はしは、毎日持参しましょう。 ♪食材の都合により献立の内容が一部変わることもあります。 ♪マークの日はスプーンがつきます。 ♪ごはんにおこげが入っている場合があります。 ※アレルギーに関しては必要な方に原材料配合表をお渡ししています。 そちらをご確認ください。	1 火  エネルギー 684 kcal	ソフトフランスパン ホワイトシチュー チキンロイヤル 枝豆サラダ	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ) ベーコン、玉ねぎ、白菜 人参、牛乳、スキムミルク 有塩バター、シチューの素 塩、こしょう、米油 スープストック	2 水  エネルギー 628 kcal	ごはん えのきのみぞ汁 ホッケフライ	精白米(岩見沢産ななつぼし) えのきだけ、油揚げ 長ねぎ、みそだし昆布、かつおだし	3 木  エネルギー 708 kcal	ラーメン 野菜みそラーメン(汁) さつまいももち	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ) 鶏ひき肉、玉ねぎ もやし、人参 きくらげ、長ねぎ しょうが、にんにく みそラーメンスープ こしょう	4 金  エネルギー 585 kcal	わかめごはん にらたま汁 鮭の塩焼き	精白米(岩見沢産ななつぼし) わかめごはんの素 鶏卵、にら、長ねぎ しょうゆ、酒 みりん、塩、でん粉 だし昆布、かつおだし	5 月  エネルギー 585 kcal	れんこんの炒めもの	精白米(岩見沢産ななつぼし) れんこん水煮、豚もも肉 玉ねぎ、人参、しょうゆ 酒、三温糖、みりん、米油										
7 月 	8 火  エネルギー 647 kcal	ごはん すまし汁 さばのみぞ煮	精白米(岩見沢産ななつぼし) あられはんぺん、白菜 玉ねぎ、長ねぎ 塩、しょうゆ だし昆布、かつおだし	9 水  エネルギー 628 kcal	ごはん なめこと豆腐のみぞ汁 かしわ天	精白米(岩見沢産ななつぼし) 木綿豆腐、なめこ水煮 玉ねぎ、長ねぎ、みそ だし昆布、かつおだし	10 木  エネルギー 708 kcal	背割りコッペパン 春雨スープ あらびきワインナー	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ) 春雨、たけのこ、人参 長ねぎ、しょうゆ、酒 コソソメ、塩、こしょう	11 金  エネルギー 585 kcal	ごはん 小松菜のスープ いかカツ	精白米(岩見沢産ななつぼし) 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 しょうゆ、米油	12 月  エネルギー 647 kcal	五目きんぴら ごはん 玉ねぎのみぞ汁 いわしの梅煮	ホールコーン 茎わかめのソテー	ホールコーン 茎わかめのソテー	エネルギー 592 kcal	ツナサラダ	まぐろ水煮、キャベツ 玉ねぎ コーンクリーミードレッシング	エネルギー 673 kcal	紫いもチップス 大根サラダ	紫いもチップス 大根、もやし、きゅうり かんきつドレッシング	エネルギー 598 kcal	コーンソテー	ホールコーン、枝豆 ベーコン、有塩バター しょうゆ、塩、こしょう
14 月 	15 火  エネルギー 631 kcal	ごはん 玉ねぎのみぞ汁 いわしの梅煮	精白米(岩見沢産ななつぼし) 玉ねぎ、油揚げ 長ねぎ、みそ だし昆布、かつおだし	16 水  エネルギー 628 kcal	黒糖パン コーンクリームスープ 鶏肉の香草焼き	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ) ホールコーン クリームコーン、玉ねぎ 有塩バター、塩、こしょう コーンクリームスープ スープストック、牛乳	17 木  エネルギー 708 kcal	ごはん トッポギとキムチのスープ チヂミ	精白米(岩見沢産ななつぼし) キムチ、豚もも肉 玉ねぎ、にら にんにく、トッポギ キムチ味、ぶなしめじ 三温糖、しょうゆ、米油、塩	18 金  エネルギー 635 kcal	ごはん ふのりのみぞ汁 おさかなフライ	精白米(岩見沢産ななつぼし) 豚ひき肉、鶏ひき肉 まめプラス、玉ねぎ 人参、しょうが、にんにく トマトケチャップ、カレールウ カレー粉、ミートップ コソソメ、ウスターソース 塩、三温糖、赤ワイン キタノカオリ	19 月  エネルギー 631 kcal	たけのこの煮物 ごはん わかめのみぞ汁 さんまのおかか煮	茎わかめのソテー	ツナサラダ	まぐろ水煮、キャベツ 玉ねぎ コーンクリーミードレッシング	エネルギー 673 kcal	つぼ漬け フルーツあえ	パックつぼ漬け パインシラップ漬け りんごシラップ漬け さくらんぼゼリー	エネルギー 635 kcal	野菜炒め	豚もも肉、キャベツ 人参、いんげん しょうが、しょうゆ みりん、米油		
21 月 	22 火  エネルギー 608 kcal	ごはん わかめのみぞ汁 さんまのおかか煮	精白米(岩見沢産ななつぼし) わかめ、えのきだけ 長ねぎ、みそ だし昆布、かつおだし	23 水  エネルギー 628 kcal	ごはん 岩見沢呉汁 かぼちゃコロッケ	精白米(岩見沢産ななつぼし) 大豆、白菜、玉ねぎ 突きこんにゃく 長ねぎ、手作りみそ だし昆布、かつおだし	24 木  エネルギー 708 kcal	バーガーパン ポトフ ハンバーグ	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ) 玉ねぎ、人参、ベーコン 米油、セロリー じゃがいも、塩、こしょう スープストック	25 金  エネルギー 629 kcal	ごはん 中華スープ 揚げぎょうざ	精白米(岩見沢産ななつぼし) 枝豆とじゃこの元気ボール チングンサイ、たけのこ 長ねぎ、しょうゆ、白炒りごま しょうゆラーメンスープ 塩、こしょう、ごま油	26 月  エネルギー 608 kcal	厚揚げの煮物 ごはん わかめのみぞ汁 さんまのおかか煮	ナムル	大根、人参、ポークハム しょうゆ、米酢 三温糖、ごま油	エネルギー 722 kcal	パンバンジーサラダ	ささみ水煮、きゅうり もやし、人参 パンバンジーソース	エネルギー 593 kcal	キャベツのソテー	キャベツ、人参 焼ちくわ、しょうゆ コソソメ、塩 こしょう、米油			
28 月 	29 火  エネルギー 574 kcal	ごはん きのこ汁 豆腐の肉みそあん包み	精白米(岩見沢産ななつぼし) きのこミックス 玉ねぎ、長ねぎ しょうゆ、酒、塩 だし昆布、かつおだし	30 水  エネルギー 625 kcal	ごはん トマトスープ オムレツ	精白米(岩見沢産キタノカオリ) マカロニ、玉ねぎ 人参、ベーコン、セロリー 米油、ダイストマト トマトジュース、にんにく スープストック、塩、こしょう	31 月  エネルギー 625 kcal	白菜のみぞ汁 あじフライ	白菜、油揚げ 長ねぎ、みそ だし昆布、かつおだし	32 月  エネルギー 625 kcal	鶏肉とごぼうの炒め煮	あじフライ キヤノーラ油	玉ねぎ手作りみそ 大豆	ごはん にんにくひょう よくかんで食べよう！	今月の地場産物	玉ねぎ手作りみそ 大豆									
エネルギー 574 kcal	32 月  エネルギー 595 kcal	切り干大根の炒め煮	切干大根、人参 さつま揚げ、米油、みりん 三温糖、酒、しょうゆ だし昆布、かつおだし	エネルギー 625 kcal	コールスロー サラダ	キヤベツ、ホールコーン 糸かまぼこ コールスロードレッシング	エネルギー 625 kcal	鶏肉とごぼうの炒め煮	ごぼう、人参、しらたき 鶏もも肉、いんげん、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 625 kcal	小学校(Bコース)	【6月の平均栄養価】	エネルギー 625 kcal	わかれごはん	精白米(岩見沢産ななつぼし) わかめごはんの素 鶏卵、にら、長ねぎ しょうゆ、酒 みりん、塩、でん粉 だし昆布、かつおだし										