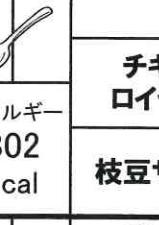
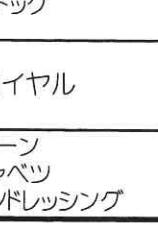
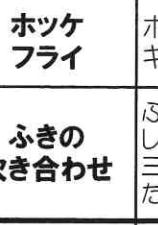
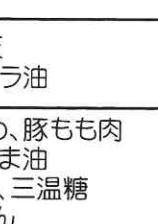
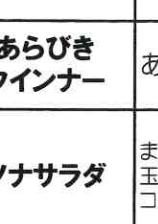
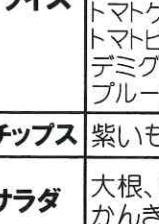
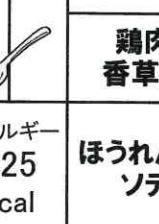
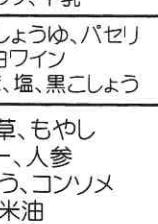
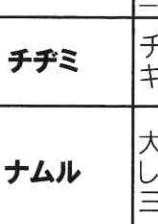
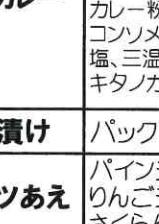
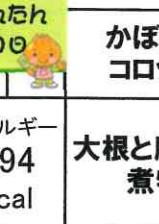
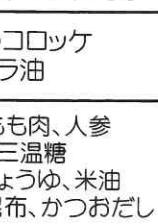
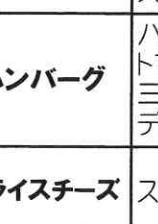
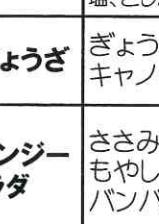
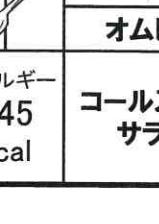
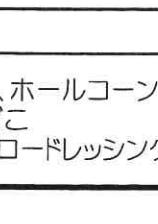


日	曜	献立名	材料	日	曜	献立名	材料	日	曜	献立名	材料	日	曜	献立名	材料
♪牛乳(お茶)は、毎日つきます。 ♪はしは、毎日持参しましょう。 ♪食材の都合により献立の内容が一部変わることもあります。 ♪マークの日はスプーンがつきます。 ♪ごはんにおこげが入っている場合があります。 ※アレルギーに関しては必要な方に原材料配合表をお渡ししています。 そちらをご確認ください。	1 火  エネルギー 802 kcal	ソフトフランスパン ホワイトシチュー チキンロイヤル 枝豆サラダ	小麦粉(岩見沢産キタノカオリ) ベーコン、玉ねぎ、白菜 人参、牛乳、スキムミルク 有塩バター、シチューの素 塩、こしょう、米油 スープストック	2 水  エネルギー 746 kcal	ごはん えのきのみぞ汁 ホッケフライ ふきの炊き合わせ	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 806 kcal	ラーメン 野菜みそラーメン(汁) さつまいももち カムカムゼリー	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 693 kcal	わかめごはん にらたま汁 鮭の塩焼き れんこんの炒めもの	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			
			鮭の塩焼き												
			れんこんの炒めもの												
			れんこんの炒めもの												
7月	8 火  エネルギー 770 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	9 水  エネルギー 749 kcal	ごはん 春雨スープ あらびきワインナー	精白米(岩見沢産ななつぼし) 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	10 木  エネルギー 789 kcal	ごはん ハヤシライス ツナサラダ	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 トマトケチャップ、こしょう トマトピューレ、ハヤシルウ デミグラスソース ブルーンピューレ	11 金  エネルギー 713 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) 鶏むね肉、小松菜 酒、人参、玉ねぎ コソソメ、しょうゆ ごま油、こしょう			
		いかカツ													
		さばのみぞ煮	さばのみぞ煮			いかカツ									
エネルギー 739 kcal	五目きんぴら	豚もも肉、ごぼう、人参 油揚げ、突きこんにゃく ひじき、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 770 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	エネルギー 749 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 789 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 713 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	
															コーンソテー
															コーンソテー
14月	15 火  エネルギー 825 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 749 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 911 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 750 kcal	ごはん ドライカレー	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	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) ふのり、じゃがいも 玉ねぎ、長ねぎ、みそ だし昆布、かつおだし	
		おさかなフライ													
		たけのこの煮物	人参、たけのこ、ごぼう いんげん、しょうゆ、三温糖 酒、塩、みりん、米油 だし昆布、かつおだし			野菜炒め									
エネルギー 722 kcal	22 火  エネルギー 794 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 728 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 734 kcal	バーガーパン ポトフ ハンバーグ スライスチーズ	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 じやがいも、塩、こしょう スープストック	25 金  エネルギー 743 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	ごはん たまごスープ チキンマヨグリル	精白米(岩見沢産ななつぼし) 玉ねぎ、鶏卵 ベーコン、長ねぎ スープストック しょうゆ、塩、でん粉	
		チキンマヨグリル													
		厚揚げの煮物	厚揚げ、玉ねぎ 人参、酒、しょうゆ 三温糖、みりん だし昆布、かつおだし			キャベツのソテー									
エネルギー 699 kcal	29 火  エネルギー 745 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 717 kcal	コッペパン トマトスープ オムレツ	小麦粉(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	6月 中学校(Bコース)	ごはん 白菜のみぞ汁 あじフライ	精白米(岩見沢産ななつぼし) 白菜、油揚げ 長ねぎ、みそ だし昆布、かつおだし	6月 中学校(Bコース)	令和3年度 こんだてひょう 6月 中学校(Bコース)	精白米(岩見沢産ななつぼし) あじフライ キャベツ	ごはん たまごスープ チキンマヨグリル	精白米(岩見沢産ななつぼし) 玉ねぎ、鶏卵 ベーコン、長ねぎ スープストック しょうゆ、塩、でん粉	
		玉ねぎ、人参 焼ちくわ、しょうゆ コソソメ、塩 こしょう、米油													
		切り干大根の炒め煮	切り干大根、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			玉ねぎ、人参 大豆									

