

2020年 Aコース 4月 献立予定表

士別市学校給食センター
所長 古川 優



6 (月)			7 (火)			8 (水)			9 (木)			10 (金)																																																																																																																																									
小 654kcal 中 807kcal			小 619kcal 中 750kcal			小 773kcal 中 930kcal			小 654kcal 中 807kcal			小 848kcal 中 1066kcal																																																																																																																																									
小: ★31.7g	●20.1g	◆2.5g	小: ★29.8g	●16.2g	◆2.4g	小: ★28.2g	●31.8g	◆3.2g	小: ★32.4g	●19.0g	◆3.8g	小: ★34.0g	●41.9g	◆6.6g																																																																																																																																							
中: ★37.5g	●22.7g	◆2.9g	中: ★33.1g	●17.7g	◆2.7g	中: ★33.7g	●36.5g	◆3.9g	中: ★38.4g	●21.4g	◆4.6g	中: ★41.7g	●49.9g	◆8.2g																																																																																																																																							
<ul style="list-style-type: none"> ・持参ご飯 ・牛乳 ★ワントンスープ ☆黒カレイ唐揚げ(米油) *チンジャオロース ●卓上醬油 	<ul style="list-style-type: none"> ・委託ご飯 ・牛乳 ★いんげんのみそ汁 ☆鶏肉のごま照焼き *白菜の磯和え 	<ul style="list-style-type: none"> ・バターパン ・牛乳 ★クリームシチュー ☆チキンオープン焼き *シャキシャキサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・持参ご飯 ・牛乳 ★けんちん汁 ☆ほっけ塩焼き *鶏肉とごぼうの甘辛煮 	<ul style="list-style-type: none"> ・小型バターパン ・牛乳 ★豚キムチうどん(米粉麺) ☆ミニにら玉 *大根の和風サラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ★ワントン・豚肉・人参・もやし・玉葱・長葱・チンゲン菜 ☆黒カレイ *豚肉・ピーマン・パプリカ・細竹・人参・玉葱 	<ul style="list-style-type: none"> ★いんげん・人参・長葱・しめじ・油揚げ ☆鶏肉・ごま *白菜・ほうれん草・もやし・のり 	<ul style="list-style-type: none"> ★鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・しめじ・アスパラ・牛乳・バター ☆鶏肉 *大根・人参・キャベツ・きゅうり・コーン・レタス(サウザンアイランドドレッシング) 	<ul style="list-style-type: none"> ★豆腐・豚肉・油揚げ・大根・長葱・人参・ごぼう・ほうれん草 ☆ほっけ *鶏肉・ごぼう・人参・大根・いんげん 	<ul style="list-style-type: none"> ★米粉うどん・豚肉・キムチ・長葱・キャベツ・もやし・にら・ごま ☆卵・にら *大根・リーフレタス・きゅうり・人参・キャベツ・鯉節(香味和風ドレッシング・玉葱ドレッシング) 	13 (月)			14 (火)			15 (水)			16 (木)			17 (金)			小 683kcal 中 842kcal			小 583kcal 中 713kcal			小 864kcal 中 1024kcal			小 786kcal 中 975kcal			小 767kcal 中 976kcal			小: ★29.5g	●17.2g	◆2.2g	小: ★29.8g	●12.9g	◆3.6g	小: ★36.2g	●37.9g	◆4.8g	小: ★22.6g	●23.1g	◆3.9g	小: ★31.4g	●24.1g	◆5.8g	中: ★34.9g	●19.3g	◆2.7g	中: ★33.4g	●13.9g	◆4.2g	中: ★41.9g	●43.9g	◆5.7g	中: ★26.8g	●26.7g	◆4.7g	中: ★39.0g	●28.6g	◆7.2g	<ul style="list-style-type: none"> ・持参ご飯 ・牛乳 ★鶏ごぼう汁 ☆さばのみそ煮 *じゃがいものそぼろ煮 	<ul style="list-style-type: none"> ・きのこご飯 ・牛乳 ★キャベツのみそ汁 ☆鶏肉の塩ダレ焼き *小松菜のお浸し 	<ul style="list-style-type: none"> ・黒糖パン ・牛乳 ★ABCスープ ☆ハンバーグデミグラスソース *マセドアンサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・持参ご飯 ・牛乳 ★ポークチーズカレー ☆フルーツカクテル *福神漬 	<ul style="list-style-type: none"> ・小型バターパン ・牛乳 ★豚骨醬油ラーメン ☆たこナゲット<小2ヶ:中3ヶ> *昆布中華和え ◆お祝いクレープ 	<ul style="list-style-type: none"> ★鶏肉・大根・長葱・小松菜・人参・ごぼう ☆さば *じゃが芋・鶏肉・玉葱・人参・つきこん・枝豆 	<ul style="list-style-type: none"> ・しめじ・舞茸・たもぎ茸 ★キャベツ・人参・玉葱・えのき・豆腐 ☆鶏肉 *もやし・白菜・人参・小松菜 	<ul style="list-style-type: none"> ★豚肉・人参・玉葱・しめじ・キャベツ・セロリ・チンゲン菜・マカロニ ☆鶏肉・玉葱・豚肉 *じゃが芋・きゅうり・人参・ハム・チーズ(コルスロードレッシング・レモンドレッシング) 	<ul style="list-style-type: none"> ★豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・大豆・チーズ・スキムミルク・バター・りんごチャツネ ☆りんご・和梨・黄桃・みかん・白桃・寒天・人参ジュース *大根・なす・蓮根・なた豆・赤シソ 	<ul style="list-style-type: none"> ★ラーメン・豚肉・チンゲン菜・もやし・白菜・人参・長葱・きくらげ・つと ☆たこ・いか・たちうお *きゅうり・キャベツ・人参・大根・レタス・昆布(チョレギサラダドレッシング・中華ごまドレッシング) ◆豆乳・米粉・いちご果汁 	20 (月)			21 (火)			22 (水)			23 (木)			24 (金)			小 621kcal 中 767kcal			小 652kcal 中 796kcal			小 801kcal 中 963kcal			小 622kcal 中 758kcal			小 791kcal 中 989kcal			小: ★23.8g	●14.2g	◆2.6g	小: ★22.9g	●15.1g	◆2.3g	小: ★27.4g	●36.9g	◆4.0g	小: ★28.4g	●17.1g	◆2.3g	小: ★31.6g	●22.8g	◆4.2g	中: ★28.1g	●15.6g	◆3.1g	中: ★26.8g	●16.6g	◆2.7g	中: ★32.5g	●43.4g	◆4.9g	中: ★31.7g	●18.8g	◆2.8g	中: ★38.9g	●26.4g	◆5.3g	<ul style="list-style-type: none"> ・持参ご飯 ・牛乳 ★里いものみそ汁 ☆カツオブライ(米油) *うま煮 ●卓上ソース 	<ul style="list-style-type: none"> ・お赤飯(甘納豆) ・牛乳 ★お吸い物 ☆厚焼玉子焼き *そぼろ金平 	<ul style="list-style-type: none"> ・バターパン ・牛乳 ★白菜とベーコンの豆乳スープ ☆かぼちゃチーズ焼き *ハムとキャベツのサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・持参ご飯 ・牛乳 ★きのこのみそ汁 ☆さけの塩こうじ焼き *野菜のごま風味和え 	<ul style="list-style-type: none"> ・小型バターパン ・牛乳 ★ツナトマトソーススパゲティ ☆チキンのピカタ *チョレギサラダ ◎Pりんごジャム 	<ul style="list-style-type: none"> ★里芋・人参・チンゲン菜・わかめ ☆カツオ *豚肉・人参・大根・細竹・ごぼう・椎茸・つと・つきこん 	<ul style="list-style-type: none"> ★豆腐・小松菜・人参・えのき・椎茸・麩・ごぼう ☆卵 *鶏肉・豚肉・ごぼう・人参・もやし・いんげん 	<ul style="list-style-type: none"> ★ベーコン・白菜・玉葱・人参・しめじ・じゃが芋・豆乳 ☆南瓜・玉葱・ベーコン・クリームコーン・チーズ *キャベツ・人参・きゅうり・リーフレタス・大根・ハム・コーン(イタリアンドレッシング) 	<ul style="list-style-type: none"> ★油揚げ・白菜・人参・なめこ・しめじ・えのき ☆鮭 *ちくわ・ほうれん草・人参・もやし・ひじき・キャベツ・ごま(ごまドレッシング) 	<ul style="list-style-type: none"> ★スパゲティ・ウィンナー・ツナ・玉葱・人参・トマト・バター ☆鶏肉 *キャベツ・人参・きゅうり・もやし・のり(チョレギサラダドレッシング)
<ul style="list-style-type: none"> ★ワントン・豚肉・人参・もやし・玉葱・長葱・チンゲン菜 ☆黒カレイ *豚肉・ピーマン・パプリカ・細竹・人参・玉葱 	<ul style="list-style-type: none"> ★いんげん・人参・長葱・しめじ・油揚げ ☆鶏肉・ごま *白菜・ほうれん草・もやし・のり 	<ul style="list-style-type: none"> ★鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・しめじ・アスパラ・牛乳・バター ☆鶏肉 *大根・人参・キャベツ・きゅうり・コーン・レタス(サウザンアイランドドレッシング) 	<ul style="list-style-type: none"> ★豆腐・豚肉・油揚げ・大根・長葱・人参・ごぼう・ほうれん草 ☆ほっけ *鶏肉・ごぼう・人参・大根・いんげん 	<ul style="list-style-type: none"> ★米粉うどん・豚肉・キムチ・長葱・キャベツ・もやし・にら・ごま ☆卵・にら *大根・リーフレタス・きゅうり・人参・キャベツ・鯉節(香味和風ドレッシング・玉葱ドレッシング) 	13 (月)			14 (火)			15 (水)			16 (木)			17 (金)			小 683kcal 中 842kcal			小 583kcal 中 713kcal			小 864kcal 中 1024kcal			小 786kcal 中 975kcal			小 767kcal 中 976kcal			小: ★29.5g	●17.2g	◆2.2g	小: ★29.8g	●12.9g	◆3.6g	小: ★36.2g	●37.9g	◆4.8g	小: ★22.6g	●23.1g	◆3.9g	小: ★31.4g	●24.1g	◆5.8g	中: ★34.9g	●19.3g	◆2.7g	中: ★33.4g	●13.9g	◆4.2g	中: ★41.9g	●43.9g	◆5.7g	中: ★26.8g	●26.7g	◆4.7g	中: ★39.0g	●28.6g	◆7.2g	<ul style="list-style-type: none"> ・持参ご飯 ・牛乳 ★鶏ごぼう汁 ☆さばのみそ煮 *じゃがいものそぼろ煮 	<ul style="list-style-type: none"> ・きのこご飯 ・牛乳 ★キャベツのみそ汁 ☆鶏肉の塩ダレ焼き *小松菜のお浸し 	<ul style="list-style-type: none"> ・黒糖パン ・牛乳 ★ABCスープ ☆ハンバーグデミグラスソース *マセドアンサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・持参ご飯 ・牛乳 ★ポークチーズカレー ☆フルーツカクテル *福神漬 	<ul style="list-style-type: none"> ・小型バターパン ・牛乳 ★豚骨醬油ラーメン ☆たこナゲット<小2ヶ:中3ヶ> *昆布中華和え ◆お祝いクレープ 	<ul style="list-style-type: none"> ★鶏肉・大根・長葱・小松菜・人参・ごぼう ☆さば *じゃが芋・鶏肉・玉葱・人参・つきこん・枝豆 	<ul style="list-style-type: none"> ・しめじ・舞茸・たもぎ茸 ★キャベツ・人参・玉葱・えのき・豆腐 ☆鶏肉 *もやし・白菜・人参・小松菜 	<ul style="list-style-type: none"> ★豚肉・人参・玉葱・しめじ・キャベツ・セロリ・チンゲン菜・マカロニ ☆鶏肉・玉葱・豚肉 *じゃが芋・きゅうり・人参・ハム・チーズ(コルスロードレッシング・レモンドレッシング) 	<ul style="list-style-type: none"> ★豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・大豆・チーズ・スキムミルク・バター・りんごチャツネ ☆りんご・和梨・黄桃・みかん・白桃・寒天・人参ジュース *大根・なす・蓮根・なた豆・赤シソ 	<ul style="list-style-type: none"> ★ラーメン・豚肉・チンゲン菜・もやし・白菜・人参・長葱・きくらげ・つと ☆たこ・いか・たちうお *きゅうり・キャベツ・人参・大根・レタス・昆布(チョレギサラダドレッシング・中華ごまドレッシング) ◆豆乳・米粉・いちご果汁 	20 (月)			21 (火)			22 (水)			23 (木)			24 (金)			小 621kcal 中 767kcal			小 652kcal 中 796kcal			小 801kcal 中 963kcal			小 622kcal 中 758kcal			小 791kcal 中 989kcal			小: ★23.8g	●14.2g	◆2.6g	小: ★22.9g	●15.1g	◆2.3g	小: ★27.4g	●36.9g	◆4.0g	小: ★28.4g	●17.1g	◆2.3g	小: ★31.6g	●22.8g	◆4.2g	中: ★28.1g	●15.6g	◆3.1g	中: ★26.8g	●16.6g	◆2.7g	中: ★32.5g	●43.4g	◆4.9g	中: ★31.7g	●18.8g	◆2.8g	中: ★38.9g	●26.4g	◆5.3g	<ul style="list-style-type: none"> ・持参ご飯 ・牛乳 ★里いものみそ汁 ☆カツオブライ(米油) *うま煮 ●卓上ソース 	<ul style="list-style-type: none"> ・お赤飯(甘納豆) ・牛乳 ★お吸い物 ☆厚焼玉子焼き *そぼろ金平 	<ul style="list-style-type: none"> ・バターパン ・牛乳 ★白菜とベーコンの豆乳スープ ☆かぼちゃチーズ焼き *ハムとキャベツのサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・持参ご飯 ・牛乳 ★きのこのみそ汁 ☆さけの塩こうじ焼き *野菜のごま風味和え 	<ul style="list-style-type: none"> ・小型バターパン ・牛乳 ★ツナトマトソーススパゲティ ☆チキンのピカタ *チョレギサラダ ◎Pりんごジャム 	<ul style="list-style-type: none"> ★里芋・人参・チンゲン菜・わかめ ☆カツオ *豚肉・人参・大根・細竹・ごぼう・椎茸・つと・つきこん 	<ul style="list-style-type: none"> ★豆腐・小松菜・人参・えのき・椎茸・麩・ごぼう ☆卵 *鶏肉・豚肉・ごぼう・人参・もやし・いんげん 	<ul style="list-style-type: none"> ★ベーコン・白菜・玉葱・人参・しめじ・じゃが芋・豆乳 ☆南瓜・玉葱・ベーコン・クリームコーン・チーズ *キャベツ・人参・きゅうり・リーフレタス・大根・ハム・コーン(イタリアンドレッシング) 	<ul style="list-style-type: none"> ★油揚げ・白菜・人参・なめこ・しめじ・えのき ☆鮭 *ちくわ・ほうれん草・人参・もやし・ひじき・キャベツ・ごま(ごまドレッシング) 	<ul style="list-style-type: none"> ★スパゲティ・ウィンナー・ツナ・玉葱・人参・トマト・バター ☆鶏肉 *キャベツ・人参・きゅうり・もやし・のり(チョレギサラダドレッシング) 					
13 (月)			14 (火)			15 (水)			16 (木)			17 (金)																																																																																																																																									
小 683kcal 中 842kcal			小 583kcal 中 713kcal			小 864kcal 中 1024kcal			小 786kcal 中 975kcal			小 767kcal 中 976kcal																																																																																																																																									
小: ★29.5g	●17.2g	◆2.2g	小: ★29.8g	●12.9g	◆3.6g	小: ★36.2g	●37.9g	◆4.8g	小: ★22.6g	●23.1g	◆3.9g	小: ★31.4g	●24.1g	◆5.8g																																																																																																																																							
中: ★34.9g	●19.3g	◆2.7g	中: ★33.4g	●13.9g	◆4.2g	中: ★41.9g	●43.9g	◆5.7g	中: ★26.8g	●26.7g	◆4.7g	中: ★39.0g	●28.6g	◆7.2g																																																																																																																																							
<ul style="list-style-type: none"> ・持参ご飯 ・牛乳 ★鶏ごぼう汁 ☆さばのみそ煮 *じゃがいものそぼろ煮 	<ul style="list-style-type: none"> ・きのこご飯 ・牛乳 ★キャベツのみそ汁 ☆鶏肉の塩ダレ焼き *小松菜のお浸し 	<ul style="list-style-type: none"> ・黒糖パン ・牛乳 ★ABCスープ ☆ハンバーグデミグラスソース *マセドアンサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・持参ご飯 ・牛乳 ★ポークチーズカレー ☆フルーツカクテル *福神漬 	<ul style="list-style-type: none"> ・小型バターパン ・牛乳 ★豚骨醬油ラーメン ☆たこナゲット<小2ヶ:中3ヶ> *昆布中華和え ◆お祝いクレープ 	<ul style="list-style-type: none"> ★鶏肉・大根・長葱・小松菜・人参・ごぼう ☆さば *じゃが芋・鶏肉・玉葱・人参・つきこん・枝豆 	<ul style="list-style-type: none"> ・しめじ・舞茸・たもぎ茸 ★キャベツ・人参・玉葱・えのき・豆腐 ☆鶏肉 *もやし・白菜・人参・小松菜 	<ul style="list-style-type: none"> ★豚肉・人参・玉葱・しめじ・キャベツ・セロリ・チンゲン菜・マカロニ ☆鶏肉・玉葱・豚肉 *じゃが芋・きゅうり・人参・ハム・チーズ(コルスロードレッシング・レモンドレッシング) 	<ul style="list-style-type: none"> ★豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・大豆・チーズ・スキムミルク・バター・りんごチャツネ ☆りんご・和梨・黄桃・みかん・白桃・寒天・人参ジュース *大根・なす・蓮根・なた豆・赤シソ 	<ul style="list-style-type: none"> ★ラーメン・豚肉・チンゲン菜・もやし・白菜・人参・長葱・きくらげ・つと ☆たこ・いか・たちうお *きゅうり・キャベツ・人参・大根・レタス・昆布(チョレギサラダドレッシング・中華ごまドレッシング) ◆豆乳・米粉・いちご果汁 	20 (月)			21 (火)			22 (水)			23 (木)			24 (金)			小 621kcal 中 767kcal			小 652kcal 中 796kcal			小 801kcal 中 963kcal			小 622kcal 中 758kcal			小 791kcal 中 989kcal			小: ★23.8g	●14.2g	◆2.6g	小: ★22.9g	●15.1g	◆2.3g	小: ★27.4g	●36.9g	◆4.0g	小: ★28.4g	●17.1g	◆2.3g	小: ★31.6g	●22.8g	◆4.2g	中: ★28.1g	●15.6g	◆3.1g	中: ★26.8g	●16.6g	◆2.7g	中: ★32.5g	●43.4g	◆4.9g	中: ★31.7g	●18.8g	◆2.8g	中: ★38.9g	●26.4g	◆5.3g	<ul style="list-style-type: none"> ・持参ご飯 ・牛乳 ★里いものみそ汁 ☆カツオブライ(米油) *うま煮 ●卓上ソース 	<ul style="list-style-type: none"> ・お赤飯(甘納豆) ・牛乳 ★お吸い物 ☆厚焼玉子焼き *そぼろ金平 	<ul style="list-style-type: none"> ・バターパン ・牛乳 ★白菜とベーコンの豆乳スープ ☆かぼちゃチーズ焼き *ハムとキャベツのサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・持参ご飯 ・牛乳 ★きのこのみそ汁 ☆さけの塩こうじ焼き *野菜のごま風味和え 	<ul style="list-style-type: none"> ・小型バターパン ・牛乳 ★ツナトマトソーススパゲティ ☆チキンのピカタ *チョレギサラダ ◎Pりんごジャム 	<ul style="list-style-type: none"> ★里芋・人参・チンゲン菜・わかめ ☆カツオ *豚肉・人参・大根・細竹・ごぼう・椎茸・つと・つきこん 	<ul style="list-style-type: none"> ★豆腐・小松菜・人参・えのき・椎茸・麩・ごぼう ☆卵 *鶏肉・豚肉・ごぼう・人参・もやし・いんげん 	<ul style="list-style-type: none"> ★ベーコン・白菜・玉葱・人参・しめじ・じゃが芋・豆乳 ☆南瓜・玉葱・ベーコン・クリームコーン・チーズ *キャベツ・人参・きゅうり・リーフレタス・大根・ハム・コーン(イタリアンドレッシング) 	<ul style="list-style-type: none"> ★油揚げ・白菜・人参・なめこ・しめじ・えのき ☆鮭 *ちくわ・ほうれん草・人参・もやし・ひじき・キャベツ・ごま(ごまドレッシング) 	<ul style="list-style-type: none"> ★スパゲティ・ウィンナー・ツナ・玉葱・人参・トマト・バター ☆鶏肉 *キャベツ・人参・きゅうり・もやし・のり(チョレギサラダドレッシング) 																																																																						
<ul style="list-style-type: none"> ★鶏肉・大根・長葱・小松菜・人参・ごぼう ☆さば *じゃが芋・鶏肉・玉葱・人参・つきこん・枝豆 	<ul style="list-style-type: none"> ・しめじ・舞茸・たもぎ茸 ★キャベツ・人参・玉葱・えのき・豆腐 ☆鶏肉 *もやし・白菜・人参・小松菜 	<ul style="list-style-type: none"> ★豚肉・人参・玉葱・しめじ・キャベツ・セロリ・チンゲン菜・マカロニ ☆鶏肉・玉葱・豚肉 *じゃが芋・きゅうり・人参・ハム・チーズ(コルスロードレッシング・レモンドレッシング) 	<ul style="list-style-type: none"> ★豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・大豆・チーズ・スキムミルク・バター・りんごチャツネ ☆りんご・和梨・黄桃・みかん・白桃・寒天・人参ジュース *大根・なす・蓮根・なた豆・赤シソ 	<ul style="list-style-type: none"> ★ラーメン・豚肉・チンゲン菜・もやし・白菜・人参・長葱・きくらげ・つと ☆たこ・いか・たちうお *きゅうり・キャベツ・人参・大根・レタス・昆布(チョレギサラダドレッシング・中華ごまドレッシング) ◆豆乳・米粉・いちご果汁 	20 (月)			21 (火)			22 (水)			23 (木)			24 (金)			小 621kcal 中 767kcal			小 652kcal 中 796kcal			小 801kcal 中 963kcal			小 622kcal 中 758kcal			小 791kcal 中 989kcal			小: ★23.8g	●14.2g	◆2.6g	小: ★22.9g	●15.1g	◆2.3g	小: ★27.4g	●36.9g	◆4.0g	小: ★28.4g	●17.1g	◆2.3g	小: ★31.6g	●22.8g	◆4.2g	中: ★28.1g	●15.6g	◆3.1g	中: ★26.8g	●16.6g	◆2.7g	中: ★32.5g	●43.4g	◆4.9g	中: ★31.7g	●18.8g	◆2.8g	中: ★38.9g	●26.4g	◆5.3g	<ul style="list-style-type: none"> ・持参ご飯 ・牛乳 ★里いものみそ汁 ☆カツオブライ(米油) *うま煮 ●卓上ソース 	<ul style="list-style-type: none"> ・お赤飯(甘納豆) ・牛乳 ★お吸い物 ☆厚焼玉子焼き *そぼろ金平 	<ul style="list-style-type: none"> ・バターパン ・牛乳 ★白菜とベーコンの豆乳スープ ☆かぼちゃチーズ焼き *ハムとキャベツのサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・持参ご飯 ・牛乳 ★きのこのみそ汁 ☆さけの塩こうじ焼き *野菜のごま風味和え 	<ul style="list-style-type: none"> ・小型バターパン ・牛乳 ★ツナトマトソーススパゲティ ☆チキンのピカタ *チョレギサラダ ◎Pりんごジャム 	<ul style="list-style-type: none"> ★里芋・人参・チンゲン菜・わかめ ☆カツオ *豚肉・人参・大根・細竹・ごぼう・椎茸・つと・つきこん 	<ul style="list-style-type: none"> ★豆腐・小松菜・人参・えのき・椎茸・麩・ごぼう ☆卵 *鶏肉・豚肉・ごぼう・人参・もやし・いんげん 	<ul style="list-style-type: none"> ★ベーコン・白菜・玉葱・人参・しめじ・じゃが芋・豆乳 ☆南瓜・玉葱・ベーコン・クリームコーン・チーズ *キャベツ・人参・きゅうり・リーフレタス・大根・ハム・コーン(イタリアンドレッシング) 	<ul style="list-style-type: none"> ★油揚げ・白菜・人参・なめこ・しめじ・えのき ☆鮭 *ちくわ・ほうれん草・人参・もやし・ひじき・キャベツ・ごま(ごまドレッシング) 	<ul style="list-style-type: none"> ★スパゲティ・ウィンナー・ツナ・玉葱・人参・トマト・バター ☆鶏肉 *キャベツ・人参・きゅうり・もやし・のり(チョレギサラダドレッシング) 																																																																											
20 (月)			21 (火)			22 (水)			23 (木)			24 (金)																																																																																																																																									
小 621kcal 中 767kcal			小 652kcal 中 796kcal			小 801kcal 中 963kcal			小 622kcal 中 758kcal			小 791kcal 中 989kcal																																																																																																																																									
小: ★23.8g	●14.2g	◆2.6g	小: ★22.9g	●15.1g	◆2.3g	小: ★27.4g	●36.9g	◆4.0g	小: ★28.4g	●17.1g	◆2.3g	小: ★31.6g	●22.8g	◆4.2g																																																																																																																																							
中: ★28.1g	●15.6g	◆3.1g	中: ★26.8g	●16.6g	◆2.7g	中: ★32.5g	●43.4g	◆4.9g	中: ★31.7g	●18.8g	◆2.8g	中: ★38.9g	●26.4g	◆5.3g																																																																																																																																							
<ul style="list-style-type: none"> ・持参ご飯 ・牛乳 ★里いものみそ汁 ☆カツオブライ(米油) *うま煮 ●卓上ソース 	<ul style="list-style-type: none"> ・お赤飯(甘納豆) ・牛乳 ★お吸い物 ☆厚焼玉子焼き *そぼろ金平 	<ul style="list-style-type: none"> ・バターパン ・牛乳 ★白菜とベーコンの豆乳スープ ☆かぼちゃチーズ焼き *ハムとキャベツのサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・持参ご飯 ・牛乳 ★きのこのみそ汁 ☆さけの塩こうじ焼き *野菜のごま風味和え 	<ul style="list-style-type: none"> ・小型バターパン ・牛乳 ★ツナトマトソーススパゲティ ☆チキンのピカタ *チョレギサラダ ◎Pりんごジャム 	<ul style="list-style-type: none"> ★里芋・人参・チンゲン菜・わかめ ☆カツオ *豚肉・人参・大根・細竹・ごぼう・椎茸・つと・つきこん 	<ul style="list-style-type: none"> ★豆腐・小松菜・人参・えのき・椎茸・麩・ごぼう ☆卵 *鶏肉・豚肉・ごぼう・人参・もやし・いんげん 	<ul style="list-style-type: none"> ★ベーコン・白菜・玉葱・人参・しめじ・じゃが芋・豆乳 ☆南瓜・玉葱・ベーコン・クリームコーン・チーズ *キャベツ・人参・きゅうり・リーフレタス・大根・ハム・コーン(イタリアンドレッシング) 	<ul style="list-style-type: none"> ★油揚げ・白菜・人参・なめこ・しめじ・えのき ☆鮭 *ちくわ・ほうれん草・人参・もやし・ひじき・キャベツ・ごま(ごまドレッシング) 	<ul style="list-style-type: none"> ★スパゲティ・ウィンナー・ツナ・玉葱・人参・トマト・バター ☆鶏肉 *キャベツ・人参・きゅうり・もやし・のり(チョレギサラダドレッシング) 																																																																																																																																												
<ul style="list-style-type: none"> ★里芋・人参・チンゲン菜・わかめ ☆カツオ *豚肉・人参・大根・細竹・ごぼう・椎茸・つと・つきこん 	<ul style="list-style-type: none"> ★豆腐・小松菜・人参・えのき・椎茸・麩・ごぼう ☆卵 *鶏肉・豚肉・ごぼう・人参・もやし・いんげん 	<ul style="list-style-type: none"> ★ベーコン・白菜・玉葱・人参・しめじ・じゃが芋・豆乳 ☆南瓜・玉葱・ベーコン・クリームコーン・チーズ *キャベツ・人参・きゅうり・リーフレタス・大根・ハム・コーン(イタリアンドレッシング) 	<ul style="list-style-type: none"> ★油揚げ・白菜・人参・なめこ・しめじ・えのき ☆鮭 *ちくわ・ほうれん草・人参・もやし・ひじき・キャベツ・ごま(ごまドレッシング) 	<ul style="list-style-type: none"> ★スパゲティ・ウィンナー・ツナ・玉葱・人参・トマト・バター ☆鶏肉 *キャベツ・人参・きゅうり・もやし・のり(チョレギサラダドレッシング) 																																																																																																																																																	

★一般の献立表には、主な食材料が記載されています。
★使用している全ての食材料については「アレルギー記載献立表」に記載されています。

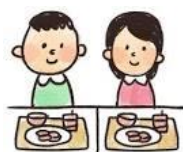
ご飯を持参する日は

Aコース
月・木



Bコース
火・金

★持参ご飯は、ふりかけ等をかけずに持参してください。
★はし・スプーン・おしぼり等は忘れずに持参して下さい。



今月の士別産

じゃが芋

4月旬のたべもの

ほうれん草・かぶ・ピーマン・キャベツ・ふき・たけのこなどがあります。



1日当たり平均栄養量

★たんぱく質量★
小学生 29.6g
中学生 35.0g

●脂質●
小学生 24.0g
中学生 27.5g

◆塩分◆
小学生 3.6g
中学生 4.4g



2020年 Aコース 4月 献立予定表

士別市学校給食センター



27 (月)			28 (火)			29 (水)			30 (木)			◆白飯の持参日は、月曜日・木曜日です。 ◇毎日はし・スプーン・おしぼりを忘れないで下さい。 ※献立予定表には、主な食材を記載しています。 ※献立は、材料の都合で予告しないで一部を変更することがありますのでご了承ください。
小 669kcal 中 851kcal			小 733kcal 中 892kcal			しょうわのひ			小 924kcal 中 1110kcal			
小: ★26.5g	●20.6g	◆2.4g	小: ★35.6g	●28.3g	◆2.8g				小: ★27.2g	●29.9g	◆4.8g	
中: ★32.4g	●24.7g	◆2.9g	中: ★40.3g	●32.4g	◆3.4g				中: ★31.9g	●33.7g	◆5.7g	
<ul style="list-style-type: none"> ・持参ご飯 ・牛乳 ★ニラ玉スープ ☆シュウマイ<1人2ヶ> *中華炒め ●卓上醤油 	<ul style="list-style-type: none"> ・鮭わかめご飯 ・牛乳 ★みそ五目汁 ☆鶏肉のもみじ焼き *おかか和え 		<ul style="list-style-type: none"> ・持参ご飯 ・牛乳 ★かぼちゃカレー ☆ひき肉サラダ ◆もものタルト 	<ul style="list-style-type: none"> ★豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・南瓜・コーン・スキムミルク・バター・りんごチャツネ ☆鶏そぼろ・キャベツ・人参・枝豆・コーン・レタス(和風ドレッシング) 和風おろしドレッシング ◆桃・豆乳・米粉 								
<ul style="list-style-type: none"> ★椎茸・液卵・豆腐・ニラ・玉葱 ☆豚肉・鶏肉・玉葱 *豚肉・キャベツ・玉葱・人参・ピーマン・細竹・ごま 	<ul style="list-style-type: none"> ・鮭・わかめ ★豚肉・白菜・人参・ごぼう・玉葱・長葱・豆腐・つきこん・わかめ ☆鶏肉・人参 *もやし・キャベツ・人参・ほうれん草・鰹節 											

2020年 4月号

いただきます

士別市学校給食センター

ご入学、ご進学おめでとうございます。 士別市の学校給食について

学校給食の目標

③学校生活を豊かにし、明るい社会性及び共同の精神を養うこと。

②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。

①適切な栄養の摂取による健康増進を図ること。

④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。



⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。

⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。

⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。



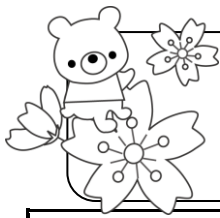
★給食の形態は

給食は、月～金までの週5日間です。
米飯給食は週3回(持参2回、委託1回)
パン給食は週1回(パンは当日焼きです)
小型パンと麺の組み合わせ週1回
給食費は、小学校1食 251円、中学校1食 295円
献立は、Aコース・Bコースの2つに分けており、毎日コース別に2種類メニューを調理しています。
水曜日はA・Bコース共通献立です。

★給食の食材は

- ・委託ご飯は、士別産なつぼし100%、お赤飯も士別産もち米100%を使用しています。
- ・豆腐・油揚げ・みそ・しょうゆ等、大豆製品の原料は、遺伝子組み替えをしていない大豆が原料です。
- ・野菜は、士別産を優先し、積極的に使用しています。
- ・ふるさと給食は年8回行っています。
- ・揚げ油・調理油は、米油を使用しています。
- ・だしは、煮干・昆布・鰹節・鯖節を使用しています。

※家庭でも、バランスのとれた食事や好き嫌いをなくすなど、食事に気を配るようお願い致します。



2020年 Bコース 4月 献立予定表

士別市学校給食センター

所長 古川 優

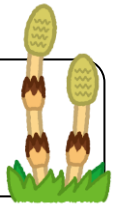


6 (月)			7 (火)			8 (水)			9 (木)			10 (金)		
小 848kcal 中 1066kcal			小 654kcal 中 807kcal			小 773kcal 中 930kcal			小 619kcal 中 750kcal			小 654kcal 中 807kcal		
小:★34.0g	●41.9g	◆6.6g	小:★32.4g	●19.0g	◆3.8g	小:★28.2g	●31.8g	◆3.2g	小:★29.8g	●16.2g	◆2.4g	小:★31.7g	●20.1g	◆2.5g
中:★41.7g	●49.9g	◆8.2g	中:★38.4g	●21.4g	◆4.6g	中:★33.7g	●36.5g	◆3.9g	中:★33.1g	●17.7g	◆2.7g	中:★37.5g	●22.7g	◆2.9g
・小型バターパン ・牛乳 ★豚キムチうどん(米粉麺) ☆ミニにら玉 ＊大根の和風サラダ	・持参ご飯 ・牛乳 ★けんちん汁 ☆ほっけ塩焼き ＊鶏肉とごぼうの甘辛煮	・バターパン ・牛乳 ★クリームシチュー ☆チキンオープン焼き ＊シャキシャキサラダ	・委託ご飯 ・牛乳 ★いんげんのみそ汁 ☆鶏肉のごま照焼き ＊白菜の磯和え	・持参ご飯 ・牛乳 ★ワンタンスープ ☆黒カレイ唐揚げ(米油) ＊チンジャオオロス ●卓上醤油	★米粉うどん・豚肉・キムチ・長葱・キャベツ・もやし・ニラ・ごま ☆卵・にら ＊大根・リーフレタス・きゅうり・人参・キャベツ・鯉節(香味和風ドレッシング・玉葱ドレッシング)	★豆腐・豚肉・油揚げ・大根・長葱・人参・ごぼう・ほうれん草 ☆ほっけ ＊鶏肉・ごぼう・人参・大根・いんげん	★鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・しめじ・アスパラ・牛乳・バター ☆鶏肉 ＊大根・人参・キャベツ・きゅうり・コーン・レタス(サウザンアイランドドレッシング)	★いんげん・人参・長葱・しめじ・油揚げ ☆鶏肉・ごま ＊白菜・ほうれん草・もやし・のり	★ワンタン・豚肉・人参・もやし・玉葱・長葱・チンゲン菜 ☆黒カレイ ＊豚肉・ピーマン・パプリカ・細竹・人参・玉葱					
13 (月)			14 (火)			15 (水)			16 (木)			17 (金)		
小 693kcal 中 908kcal			小 786kcal 中 975kcal			小 864kcal 中 1024kcal			小 583kcal 中 713kcal			小 756kcal 中 915kcal		
小:★29.6g	●19.8g	◆5.7g	小:★22.6g	●23.1g	◆3.9g	小:★36.2g	●37.9g	◆4.8g	小:★29.8g	●12.9g	◆3.6g	小:★31.1g	●21.6g	◆2.3g
中:★38.6g	●23.6g	◆7.2g	中:★26.8g	●26.7g	◆4.7g	中:★41.9g	●43.9g	◆5.7g	中:★33.4g	●13.9g	◆4.2g	中:★36.5g	●23.6g	◆2.7g
・小型バターパン ・牛乳 ★豚骨醤油ラーメン ☆たこナゲット<小2ヶ:中3ヶ> ＊昆布中華和え	・持参ご飯 ・牛乳 ★ポークチーズカレー ☆フルーツカクテル ＊福神漬	・黒糖パン ・牛乳 ★ABCスープ ☆ハンバーグデミグラスソース ＊マセドアンサラダ	・きのこご飯 ・牛乳 ★キャベツのみそ汁 ☆鶏肉の塩ダレ焼き ＊小松菜のお浸し	・持参ご飯 ・牛乳 ★鶏ごぼう汁 ☆さばのみそ煮 ＊じゃがいものそぼろ煮 ◆お祝いクレープ	★ラーメン・豚肉・チンゲン菜・もやし・白菜・人参・長葱・きくらげ・つと ☆たこ・いか・たちうお ＊きゅうり・キャベツ・人参・大根・レタス・昆布(チョレギサラダドレッシング・中華ごまドレッシング)	★豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・大豆・チーズ・スキムミルク・バター・りんごチャツネ ☆りんご・和梨・黄桃・みかん・白桃・寒天・人参ジュース ＊大根・なす・蓮根・なた豆・赤シソ	★豚肉・人参・玉葱・しめじ・キャベツ・セロリ・チンゲン菜・マカロニ ☆鶏肉・玉葱・豚肉 ＊じゃが芋・きゅうり・人参・ハム・チーズ(コールスロドレッシング・レモンドレッシング)	・しめじ・舞茸・たもぎ茸 ★キャベツ・人参・玉葱・えのき・豆腐 ☆鶏肉 ＊もやし・白菜・人参・小松菜	★鶏肉・大根・長葱・小松菜・人参・ごぼう ☆さば ＊じゃが芋・鶏肉・玉葱・人参・つきこん・枝豆 ◆豆乳・米粉・いちご果汁					
20 (月)			21 (火)			22 (水)			23 (木)			24 (金)		
小 791kcal 中 989kcal			小 622kcal 中 758kcal			小 801kcal 中 963kcal			小 652kcal 中 796kcal			小 621kcal 中 767kcal		
小:★31.6g	●22.8g	◆4.2g	小:★28.4g	●17.1g	◆2.3g	小:★27.4g	●36.9g	◆4.0g	小:★22.9g	●15.1g	◆2.3g	小:★23.8g	●14.2g	◆2.6g
中:★38.9g	●26.4g	◆5.3g	中:★31.7g	●18.8g	◆2.8g	中:★32.5g	●43.4g	◆4.9g	中:★26.8g	●16.6g	◆2.7g	中:★28.1g	●15.6g	◆3.1g
・小型バターパン ・牛乳 ★ツナトマトソーススパゲティ ☆チキンのピカタ ＊チョレギサラダ ◎Pりんごジャム	・持参ご飯 ・牛乳 ★きのこのみそ汁 ☆さけの塩こうじ焼き ＊野菜のごま風味和え	・バターパン ・牛乳 ★白菜とベーコンの豆乳スープ ☆かぼちゃチーズ焼き ＊ハムとキャベツのサラダ	・お赤飯(甘納豆) ・牛乳 ★お吸い物 ☆厚焼玉子焼き ＊そぼろ金平	・持参ご飯 ・牛乳 ★軽いのみそ汁 ☆カツオブライ(米油) ＊うま煮 ●卓上ソース	★スパゲティ・ウィンナー・ツナ・玉葱・人参・トマト・バター ☆鶏肉 ＊キャベツ・人参・きゅうり・もやし・のり(チョレギサラダドレッシング)	★油揚げ・白菜・人参・なめこ・しめじ・えのき ☆鮭 ＊ちくわ・ほうれん草・人参・もやし・ひじき・キャベツ・ごま(ごまドレッシング)	★ベーコン・白菜・玉葱・人参・しめじ・じゃが芋・豆乳 ☆南瓜・玉葱・ベーコン・クリームコーン・チーズ ＊キャベツ・人参・きゅうり・リーフレタス・大根・ハム・コーン(イタリアンドレッシング)	★豆腐・小松菜・人参・えのき・椎茸・麩・ごぼう ☆卵 ＊鶏肉・豚肉・ごぼう・人参・もやし・いんげん	★里芋・人参・チンゲン菜・わかめ ☆カツオ ＊豚肉・人参・大根・細竹・ごぼう・椎茸・つと・つきこん					
★一般の献立表には、主な食材料が記載されています。 ★使用している全ての食材料については「アレルギー記載献立表」に記載されています。						<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> こんげつ しべつさん 今月の士別産 </div> <p style="text-align: center;">じゃが芋</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> がつしゅん 4月旬のたべもの </div> <p>ほうれん草・かぶ・ピーマン・キャベツ・ふき・たけのこなどがあります。</p>			1日あたり平均栄養量 ★たんぱく質量★ 小学生 29.6g 中学生 35.0g ●脂質● 小学生 24.0g 中学生 27.5g ◆塩分◆ 小学生 3.6g 中学生 4.4g					
ご飯を持参する日は						<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;"> Aコース 月・木 </div> <div style="text-align: center;"> </div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;"> Bコース 火・金 </div> </div>								
★持参ご飯は、ふりかけ等をかけずに持参してください。														
★はし・スプーン・おしぼり等は忘れずに持参して下さい。														



2020年 Bコース 4月 献立予定表

士別市学校給食センター



27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	◆白飯の持参日は、 火曜日・金曜日 です。 ◇毎日 はし・スプーン・おしぼり を忘れないで下さい。 ※献立予定表には、主な食材を記載しています。 ※献立は、材料の都合で予告しないで一部を変更することがありますのでご了承ください。
小 715kcal 中 916kcal	小 924kcal 中 1110kcal	しょうわのひ	小 733kcal 中 892kcal	
小: ★31.0g ●24.2g ◆3.5g 中: ★38.9g ●28.9g ◆4.5g	小: ★27.2g ●29.9g ◆4.8g 中: ★31.9g ●33.7g ◆5.7g		小: ★35.6g ●28.3g ◆2.8g 中: ★40.3g ●32.4g ◆3.4g	
こがた ・小型バターパン きゅうにゅう ・牛乳 とり ★鶏めん はるまき こめあぶら ☆春巻(米油) *カップヨーグルト ★そうめん・鶏肉・人参・長葱・玉葱・白菜・ほうれん草・ごま ☆筍・人参・玉葱・キャベツ・春雨	じさん ほん ・持参ご飯 きゅうにゅう ・牛乳 ★かぼちゃカレー ☆ひき肉サラダ ◆もものタルト ★豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・南瓜・コーン・スキムミルク・バター・りんごチャツネ ☆鶏そぼろ・キャベツ・人参・枝豆・コーン・レタス(和風ドレッシング・和風おろしドレッシング) ◆桃・豆乳・米粉		さけ ・鮭わかめご飯 きゅうにゅう ・牛乳 ★みそこむじろ とりにく ☆鶏肉のもみじ焼き *おかか和え ・鮭・わかめ ★豚肉・白菜・人参・ごぼう・玉葱・長葱・豆腐・つきこん・わかめ ☆鶏肉・人参 *もやし・キャベツ・人参・ほうれん草・鰹節	

2020年 4月号

いただきたいむ

士別市学校給食センター

ご入学、ご進学おめでとうございます。
士別市の学校給食について

学校給食の目標

③学校生活を豊かにし、明るい社会性及び共同の精神を養うこと。

②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。

①適切な栄養の摂取による健康増進を図ること。

④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。

⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。

⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。

⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。



★給食の形態は

給食は、月～金までの週5日間です。
米飯給食は週3回(持参2回、委託1回)
パン給食は週1回(パンは当日焼きです)
小型パンと麺の組み合わせ週1回
給食費は、小学校1食 251円、中学校1食 295円
献立は、Aコース・Bコースの2つに分けており、毎日コース別に2種類メニューを調理しています。
水曜日はA・Bコース共通献立です。

★給食の食材は

- ・委託ご飯は、士別産なつぼし100%、お赤飯も士別産もち米100%を使用しています。
- ・豆腐・油揚げ・みそ・しょうゆ等、大豆製品の原料は、遺伝子組み替えをしていない大豆が原料です。
- ・野菜は、士別産を優先し、積極的に使用しています。
- ・ふるさと給食は年8回行っています。
- ・揚げ油・調理油は、米油を使用しています。
- ・だしは、煮干・昆布・鰹節・鯖節を使用しています。

※家庭でも、バランスのとれた食事や好き嫌いをなくすなど、食事に気を配るようお願い致します。

2020年 Aコース 4月分アレルギー記載献立予定表

士別市学校給食センター

所長 古川 優

N01

日	曜	献立表		食 材 太字:実際に使用している食材など 下線:アレルギー食品28品目
		主 食	副 食	
6	月	持参ご飯 牛 乳	★ワントンスープ ☆黒カレイ唐揚げ(米油) *チンジャオロース ●醤油(大豆・小麦)	★ <u>豚肉</u> ・人参・もやし・玉葱・長葱・チンゲン菜・ワントン:小麦粉 <調味料>生姜・米油・酒・ごま油・こしょう・醤油:小麦・大豆・とうもろこし 中華だし:砂糖・豚肉エキス(小麦・卵・大豆)・チキンパウダー ラーメンスープ(塩):塩・豚脂・玉葱・砂糖・チキンエキス(小麦・鶏肉・大豆)・トマトパウダー・酵母エキス(りんご)・にんにく・牛肉エキス・寒天 ☆カレイ唐揚げ:黒がれい・澱粉 * <u>豚肉</u> ・ピーマン・細竹・人参・玉葱 <調味料>生姜・にんにく・酒・砂糖・でん粉・米油・醤油:小麦・大豆・とうもろこし オイスターソース:魚介エキス(かき・ほたて・魚醤(ほっけ・助宗鱧))・砂糖・かき・昆布エキス・酵母エキス
7	火	委託ご飯 牛 乳	★いんげんのみそ汁 ☆鶏肉のごま照り焼き *白菜の磯和え	★ <u>いんげん</u> ・人参・長葱・しめじ・油揚げ:大豆 <調味料>鰹節・鱈節・煮干・昆布・昆布エキス みそ:小麦・大豆 ☆若鶏のごま照り焼き:鶏肉・パン粉(乳・小麦・大豆)・ごま・醤油・砂糖・粉末がらスープ(豚肉)魚介エキス(カタクチイワシ) *白菜・ほうれん草・もやし・のり <調味料>ごま油・めんつゆ:醤油(小麦・大豆)・昆布・鰹節・とうもろこし・馬鈴薯
8	水	バターパン (小麦・卵・乳) 牛 乳	★クリームシチュー ☆チキンオープン焼き *シャキシャキサラダ	★ <u>鶏肉</u> ・じゃが芋・玉葱・人参・しめじ・アスパラ・バター:乳・生乳 <調味料>パセリ・こしょう・米油・酒 コンソメ:乳・鶏肉・とうもろこし・玉葱・牛肉エキス・醤油(小麦・大豆)・香辛料・人参 ベシャメルルウ:小麦粉・脱脂粉乳・砂糖・鶏肉エキス・たん白加水分解物(大豆) ホワイトシチュールウ:小麦粉・豚脂・砂糖・オニオンパウダー・ガーリックパウダー・こしょう ☆チキンオープン焼き:鶏肉・パン粉(小麦・大豆)・チーズ(乳)・砂糖・醤油・赤ピーマン・パセリ・植物油 *大根・人参・キャベツ・きゅうり・コーン・レタス <調味料>サウザンドレッシング:食用植物油(大豆)・酢(とうもろこし)・トマトペースト・砂糖・ピクルス・卵黄・レッドペルペッパー・にんにく しょう油
9	木	持参ご飯 牛 乳	★けんちん汁 ☆ほっけ塩焼き *鶏肉とごぼうの甘辛煮	★ <u>豚肉</u> ・大根・長葱・人参・ごぼう・ほうれん草 豆腐:大豆・油揚げ:大豆 <調味料>酒・みりん・鰹節・鱈節・煮干・昆布・昆布エキス 醤油:小麦・大豆・とうもろこし めんつゆ:醤油(小麦・大豆)・昆布・鰹節・とうもろこし・馬鈴薯 鰹だし:醤油(小麦・大豆)・鰹節・うるめいわし・煮干・昆布・砂糖 ☆ほっけの塩焼き:ほっけ・塩 * <u>鶏肉</u> ・ごぼう・人参・大根・いんげん <調味料>米油・砂糖・みりん・昆布エキス・酒・醤油:小麦・大豆・とうもろこし 鰹エキス:鰹節・煮干・鱈節・砂糖・昆布エキス 豆板醤:唐辛子・みそ(大豆)・香辛料・酸味料
10	金	小型バターパン (小麦・卵・乳) 牛 乳	★豚キムチうどん(米粉麺) ☆ミニにら玉 *大根の和風サラダ	★ <u>米粉</u> うどん・豚肉・長葱・キャベツ・もやし・にら・ごま 白菜キムチ:白菜・人参・玉葱・胡麻・大根・昆布・にら・りんご・醸造酢(とうもろこし)・砂糖・にんにく・唐辛子・魚醤(いわし・米麴)・調味料(大豆・ゼラチン・小麦)・かつおエキス <調味料>みりん・にんにく・生姜・こしょう・ガラベース:豚肉・鶏肉・昆布・煮干・鰹・鱈 ラーメンスープ(みそ):みそ(大豆)・豚脂・砂糖・香辛料・ごま油・牛肉エキス・オニオンパウダー(小麦)・鶏肉エキス(乳) ガラポーク:豚骨・豚肉 ☆にら玉:鶏卵・にら・生姜酢漬・砂糖・醤油(小麦・大豆)・澱粉・食酢(りんご)・ごま油・フイヨン(乳・鶏肉)オイスターソース(米) *大根・リーフレタス・きゅうり・人参・キャベツ・かつお節 <調味料>香味和風ドレッシング:醸造酢・ぶどう糖果糖液糖・醤油(小麦・大豆)・ごま・みょうが・ガーリックペースト・生姜・米発酵調味料 玉葱ドレッシング:醸造酢・醤油(小麦・大豆)・砂糖・玉葱
13	月	持参ご飯 牛 乳	★鶏ごぼう汁 ☆さばのみそ煮 *じゃがいものそぼろ煮	★ <u>鶏肉</u> ・大根・長葱・小松菜・人参・ごぼう <調味料>鰹節・鱈節・煮干・昆布・昆布エキス・みりん・酒・醤油:小麦・大豆・とうもろこし めんつゆ:醤油(小麦・大豆)・昆布・鰹節・とうもろこし・馬鈴薯 鰹だし:醤油(小麦・大豆)・鰹節・うるめいわし・煮干・昆布・砂糖 ☆さばのみそ煮:さば・みそ(大豆)・砂糖 *じゃが芋・ <u>鶏肉</u> ・玉葱・人参・つきこん・枝豆 <調味料>米油・生姜・酒・みりん・砂糖・醤油:小麦・大豆・とうもろこし めんつゆ:醤油(小麦・大豆)・昆布・鰹節・とうもろこし・馬鈴薯
14	火	きのこご飯 牛 乳	★キャベツのみそ汁 ☆鶏肉の塩だれ焼き *小松菜のお浸し	・しめじ・舞茸・たもぎ茸・醤油(小麦・大豆)・ぶどう糖果糖液糖・鰹エキス・昆布エキス・椎茸エキス・植物油 ★ <u>キャベツ</u> ・人参・玉葱・えのき・豆腐:大豆 <調味料>鰹節・鱈節・煮干・昆布・昆布エキス みそ:小麦・大豆 ☆ <u>鶏肉</u> <調味料>塩焼肉たれ:醤油(小麦・大豆)・ねぎ・植物油(ごま)・にんにく・レモン果汁・豚肉エキス・こしょう 酒 *もやし・白菜・人参・小松菜 <調味料>めんつゆ:醤油(小麦・大豆)・昆布・鰹節・とうもろこし・馬鈴薯 醤油:小麦・大豆・とうもろこし

2020年 Aコース 4月分アレルギー記載献立予定表

士別市学校給食センター

所長 古川 優 NO2

日	曜	献立表		食 材 太字:実際に使用している食材など 下線:アレルギー食品28品目
		主 食	副 食	
15	水	黒糖パン <small>(小麦・卵・乳)</small> 牛 乳	★ABCスープ ☆ハンバーグデミグラスソース *マセドアンサラダ	★ <u>豚肉</u> ・ <u>人参</u> ・ <u>玉葱</u> ・ <u>しめじ</u> ・ <u>キャベツ</u> ・ <u>セロリ</u> ・ <u>チンゲン菜</u> ・ <u>マカロニ</u> :小麦粉 <調味料>米油・パセリ・こしょう・醤油:小麦・大豆・とうもろこし 鶏がらベース:鶏肉 コンソメ:乳・鶏肉・とうもろこし・玉葱・牛肉エキス・醤油(小麦・大豆)・香辛料・人参 ☆ハンバーグ:鶏肉・玉葱・パン粉(乳・小麦・大豆)・生脂・醤油・砂糖・植物油・豚肉・ウスターソース (りんご)・卵白・にんにくペースト・生姜ペースト・大豆たん白 <調味料>米油・砂糖・オリーブ油・ソース:トマト・りんご・砂糖・酢・コーンスターチ・オニオンエキス ケチャップ:トマト・砂糖(とうもろこし)・オニオンエキス・酢 デミグラスソース:小麦粉・生脂豚脂混合油・トマトペースト・ウスターソース(りんご)・砂糖・玉葱・ 人参・牛肉エキス・でん粉・ブラウンルウ(大豆)・香辛料 *じゃが芋・きゅうり・人参・ハム:豚肉・澱粉・砂糖 チーズ:乳 <調味料>砂糖・こしょう・マヨネーズ:植物油(とうもろこし・大豆)・卵黄・醸造酢(米・りんご・ 小麦)・レモン果汁・砂糖 コールスロードレッシング:植物油(とうもろこし)・砂糖・果糖ぶどう糖液糖(とうもろこし)・醸造酢・りんご酢・レモ ン果汁・液卵 レモンドレッシング:植物油(大豆)・醸造酢・ぶどう糖果糖液糖・レモン果汁・ライム果汁・卵黄
16	木	持参ご飯 牛 乳	★ポークチーズカレー ☆フルーツカクテル *福神漬け	★ <u>豚肉</u> ・ <u>じゃが芋</u> ・ <u>玉葱</u> ・ <u>人参</u> ・ <u>チーズ</u> :乳・ <u>大豆</u> ・ <u>バター</u> :乳・ <u>脱脂粉乳</u> <調味料>ターメリック・ガラムマサラ・ロリエ粉・にんにく・生姜・米油・チャツネ:りんご カレールウ:小麦・大豆・砂糖・澱粉(とうもろこし)・粉乳・ゴマペースト・ココナッツ・チーズ・豚肉・鶏肉・牛肉・ りんご・オレンジ・バナナ・ココア・ハチミツ・トマトペースト・カレー粉・酢・昆布エキス ソース:トマト・りんご・砂糖・酢・コーンスターチ・オニオンエキス 醤油:小麦・大豆・とうもろこし ケチャップ:トマト・砂糖(とうもろこし)・オニオンエキス・酢 ☆白桃・黄桃・和梨・みかん・ゼリー(ゼラチン)・寒天・りんご・人参ジュース:人参・レモン <調味料>砂糖・添加物(とうもろこし) *大根・なす・蓮根・なた豆・赤しそ・砂糖(とうもろこし)・醤油(小麦・大豆)
17	金	小型バターパン <small>(小麦・卵・乳)</small> 牛 乳	★豚骨醤油ラーメン ☆たこナゲット <小2:中3ヶ> *昆布中華和え ◆お祝いクレープ	★ <u>ラーメン</u> ・ <u>豚肉</u> ・ <u>チンゲン菜</u> ・ <u>もやし</u> ・ <u>白菜</u> ・ <u>人参</u> ・ <u>長葱</u> ・ <u>きくらげ</u> つと:すけとうだら・澱粉・みりん・山芋・乳化剤(豚脂)ゼラチン・ビーフエキス・大豆たん白・とうも ろこし <調味料>酒・みりん・にんにく・生姜・こしょう ガラポー:豚骨・豚肉 中華ベース:小麦・乳・大豆・牛肉・ゼラチン・鶏肉・豚肉・砂糖 豚骨醤油ラーメンスープ:醤油(小麦・大豆)・豚肉エキス・砂糖・ゼラチン ラーメンスープ(醤油):醤油(小麦・大豆)・豚脂・玉葱・牛肉エキス・酵母エキス(りんご)・もやし ☆たこナゲット:たこ・いか・たちうお・なたね油・豚脂・砂糖・大豆粉・小麦粉・でん粉(とうもろこし) *きゅうり・キャベツ・大根・昆布・人参・レタス <調味料>チョレギサラダドレッシング:醸造酢・砂糖・ガーリックペースト・醤油(小麦)・みそ(大豆)・ ごま・昆布エキス 中華ごまドレッシング:醸造酢・醤油(小麦・大豆)・ごま・オイスターソース・豆板醤・にんにく・ほたて エキスパウダー(乳)・ポークエキスパウダー(豚肉) ◆お祝いクレープ:豆乳(大豆)・砂糖・米粉・植物油(大豆)・いちご果汁・乳化剤
20	月	持参ご飯 牛 乳	★里芋のみそ汁 ☆かつおフライ(米油) *うま煮 ●卓上ソース	★ <u>里芋</u> ・ <u>人参</u> ・ <u>チンゲン菜</u> ・ <u>わかめ</u> <調味料>鰹節・鯖節・煮干・昆布・昆布エキス みそ:小麦・大豆 ☆かつおフライ:かつお・パン粉(大豆)・小麦粉 * <u>豚肉</u> ・ <u>人参</u> ・ <u>大根</u> ・ <u>細竹</u> ・ <u>ごぼう</u> ・ <u>椎茸</u> ・ <u>つきこん</u> つと:すけとうだら・澱粉・みりん・山芋・乳化剤(豚脂)ゼラチン・ビーフエキス・大豆たん白・とうも ろこし <調味料>酒・米油・砂糖・みりん・醤油:小麦・大豆・とうもろこし めんつゆ:醤油(小麦・大豆)・昆布・鰹節・とうもろこし・馬鈴薯 鰹エキス:鰹節・煮干・鯖節・砂糖・昆布エキス ●トマト・りんご・砂糖・酢・コーンスターチ
21	火	・お赤飯 (甘納豆) 牛 乳	★お吸い物 ☆厚焼き玉子焼き *そばろ金平	・金時豆・砂糖・水飴・黒ごま・コンタミ(乳・卵・大豆) ★ <u>小松菜</u> ・ <u>人参</u> ・ <u>えのき</u> ・ <u>椎茸</u> ・ <u>ごぼう</u> ・ <u>手毬麩</u> :小麦・もち米粉・着色料 豆腐:大豆 <調味料>鰹節・鯖節・煮干・昆布・昆布エキス・みりん・酒・醤油:小麦・大豆・とうもろこし 白だし:小麦・鯖・大豆・鰹節・昆布エキス・水飴 ☆厚焼き玉子:卵・砂糖・だし(かつお・昆布)・調味料(とうもろこし) * <u>鶏肉</u> ・ <u>豚肉</u> ・ <u>ごぼう</u> ・ <u>人参</u> ・ <u>もやし</u> ・ <u>いんげん</u> <調味料>米油・酒・みりん・砂糖・醤油:小麦・大豆・とうもろこし 鰹エキス:鰹節・煮干・鯖節・砂糖・昆布エキス
22	水	バターパン <small>(小麦・卵・乳)</small> 牛 乳	★白菜とベーコンの豆乳スープ ☆かぼちゃチーズ焼き *ハムとキャベツのサラダ	★ <u>白菜</u> ・ <u>玉葱</u> ・ <u>人参</u> ・ <u>しめじ</u> ・ <u>じゃが芋</u> 豆乳:大豆 ベーコン:豚肉・砂糖・卵たん白・大豆たん白 <調味料>米油・こしょう・パセリ コンソメ:乳・鶏肉・とうもろこし・玉葱・牛肉エキス・醤油(小麦・大豆)・香辛料・人参 ベシヤメルルウ:小麦粉・脱脂粉乳・砂糖・鶏肉エキス・たん白加水分解物(大豆) ☆かぼちゃ・玉葱・クリームコーン・生クリーム:乳・チーズ:乳 ベーコン:豚肉・砂糖・卵たん白・大豆たん白 <調味料>こしょう・パセリ * <u>キャベツ</u> ・ <u>人参</u> ・ <u>きゅうり</u> ・ <u>リーフレタス</u> ・ <u>コーン</u> ・ <u>大根</u> ・ <u>ハム</u> :豚肉・澱粉・砂糖 <調味料>イタリアンドレッシング:植物油(玉葱・砂糖・酢(りんご)・酒・醤油(小麦・大豆)・赤ピーマン・椎茸・ ベーコン(乳・豚肉)・オリーブ・鶏肉エキス こしょう
23	木	持参ご飯 牛 乳	★きのこのみそ汁 ☆さけの塩こうじ焼き *野菜のごま風味和え	★ <u>白菜</u> ・ <u>人参</u> ・ <u>なめこ</u> ・ <u>しめじ</u> ・ <u>えのき</u> ・ <u>油揚げ</u> :大豆 <調味料>鰹節・鯖節・煮干・昆布・昆布エキス みそ:小麦・大豆 ☆ <u>鮭</u> <調味料>酒・塩こうじ:米こうじ・酒・塩 * <u>ほうれん草</u> ・ <u>人参</u> ・ <u>もやし</u> ・ <u>ひじき</u> ・ <u>キャベツ</u> ・ <u>ごま</u> ちくわ:魚肉(たら)・でん粉・みりん・調味料(とうもろこし・大豆・食塩・ゼラチン(豚)・生エキス)・ 乳化剤 <調味料>砂糖・醤油:小麦・大豆・とうもろこし ゴマドレッシング:食用植物油(とうもろこし)・砂糖・醸造酢・醤油(小麦・大豆)・ごま・卵黄

2020年 Aコース 4月分アレルギー記載献立予定表

士別市学校給食センター

所長 古川 優 N03

日 曜	献立表		食 材 太字:実際に使用している食材など 下線:アレルギー食品28品目
	主 食	副 食	
24 金	小型バターパン (小麦・卵・乳) 牛 乳	★ツナトマトソーススパゲティ ☆チキンのピカタ *チョレギサラダ ◎Pりんごジャム	★スパゲティ・玉葱・人参・トマト・バター:乳 ツナ水煮:きはだまぐろ・野菜スープ ウィンナー:豚肉・鶏肉・大豆たん白・澱粉・砂糖・鯉節エキス <調味料>パセリ・こしょう・砂糖・オリーブ油・米油・砂糖・にんにく コンソメ:乳・鶏肉・とうもろこし・玉葱・牛肉エキス・醤油(小麦・大豆)・香辛料・人参 ケチャップ:トマト・砂糖(とうもろこし)・オニオンエキス・酢 ソース:トマト・りんご・砂糖・酢・コーンスターチ・オニオンエキス 醤油:小麦・大豆・とうもろこし デミグラスソース:小麦粉・生脂豚脂混合油・トマトペースト・ウスターソース(りんご)・砂糖・玉葱・ 人参・牛肉エキス・でん粉・ブラウンルウ(大豆)・香辛料 トマトスープルウ:小麦粉・砂糖・トマトペースト・玉葱・にんにく・粉末ワイン(りんご)・米酢 ☆チキンピカタ:鶏肉・砂糖・パン粉(乳・小麦・大豆)・チキンエキス(豚肉・セラチン)・醤油・澱粉・ 卵・水飴・小麦粉・米粉・チーズ・パセリ *キャベツ・人参・きゅうり・もやし・のり <調味料>チョレギサラダドレッシング:醸造酢・砂糖・ガーリックペースト・醤油(小麦)・みそ(大豆)・ ごま・昆布エキス しょう油・ごま油 ◎りんご・砂糖
27 月	持参ご飯 牛 乳	★ニラ玉スープ ☆シュウマイ(1人2ヶ) *中華炒め ●醤油(大豆・小麦)	★椎茸・液卵・ニラ・玉葱・豆腐:大豆 <調味料>こしょう・でん粉・生姜・酒・醤油:小麦・大豆・とうもろこし 鶏からベース:鶏肉 中華だし:砂糖・豚肉エキス(小麦・卵・大豆)・チキンパウダー 中華ベース:豚肉・鶏肉 ☆シューマイ:豚肉・玉葱・鶏肉・でん粉・パン粉(小麦)・植物油脂(ごま)・生姜ペースト・みりん・小 麦粉・大豆粉・砂糖・醤油(小麦・大豆)・コンタミ(えび・かに・卵・乳成分・牛肉) *豚肉・キャベツ・玉葱・人参・ピーマン・細竹・ごま <調味料>生姜・にんにく・米油・ごま油・酒・こしょう・醤油:小麦・大豆・とうもろこし 中華炒めタレ:醤油(小麦・大豆)・砂糖・オイスターソース・豚肉エキス・ごま油・酒・香辛料
28 火	・鮭わかめご飯 牛 乳	★みそ五目汁 ☆鶏肉のもみじ焼き *おかか和え	・鮭・わかめ・砂糖・昆布だし・鮭エキス・鯉エキス・昆布エキス ★豚肉・白菜・人参・ごぼう・玉葱・長葱・つきこん・わかめ・豆腐:大豆 <調味料>鯉節・鱈節・煮干・昆布・昆布エキス・酒・醤油:小麦・大豆・とうもろこし みそ:小麦・大豆 ☆鶏肉・人参 <調味料>酒・こしょう・マヨネーズ:植物油脂(とうもろこし・大豆)・卵黄・醸造酢(米・りんご・小 麦)・レモン果汁・砂糖 *もやし・キャベツ・人参・ほうれん草・かつお節 <調味料>醤油:小麦・大豆・とうもろこし めんつゆ:醤油(小麦・大豆)・昆布・鯉節・とうもろこし・馬鈴薯
30 木	持参ご飯 牛 乳	★かぼちゃカレー ☆ひき肉サラダ ◆ももタルト	★豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・かぼちゃ・コーン・バター:乳・脱脂粉乳 <調味料>ターメリック・ガラムマサラ・ロリエ粉・にんにく・生姜・米油・チャツネ:りんご カレールウ:小麦・大豆・砂糖・澱粉(とうもろこし)・粉乳・ゴマペースト・ココナッツ・チーズ・豚肉・鶏肉・牛肉・ りんご・オレンジ・バナナ・ココア・ハチミツ・トマトペースト・カレー粉・酢・昆布エキス ソース:トマト・りんご・砂糖・酢・コーンスターチ・オニオンエキス 醤油:小麦・大豆・とうもろこし ケチャップ:トマト・砂糖(とうもろこし)・オニオンエキス・酢 ☆キャベツ・人参・枝豆・コーン・レタス 鶏そぼろ:鶏肉・卵白・醤油(大豆・小麦)・砂糖・植物油脂・つゆ(さば)・魚醤調味料 <調味料>おろし醤油ドレッシング:醸造酢・しょうゆ(小麦・大豆)・大根・かつお節エキス・昆布エキ ス・椎茸エキス・ゆず果汁 和風ドレッシング:玉葱・醤油(小麦・大豆)・醸造酢・砂糖・りんご・赤ピーマン・にんにく・椎茸・生姜・ たん白加水分解物(鶏肉・豚肉)・プルーン・かつお節エキス ◆桃ピューレ・水あめ・砂糖・豆乳(大豆)・砂糖・米粉・植物油・乳化剤・ショートニング・コーンフラワー・ でん粉

*献立は、材料の都合により予告しないで一部を変更することがありますのでご承知下さい。

*藻類・魚介類はえび・カニの生息域で採取されています。

*うどん・ラーメン・スパゲティ・そうめんの製造工場では、そばを製造しています。

*大豆製品(豆腐・油揚げ・生揚げ・おから)・つきこん・白滝・こんにゃくの製造工場では、そばを製造しています。

*パン・委託ご飯の製造工場では、くるみ・オレンジ・ごま・落花生・バナナ・キウイフルーツを使用しています。

*つと・さつまあげ・ちくわの製造工場では、えび・イカ・かに・豚肉・卵・乳を使用しています。

2020年 Bコース 4月分アレルギー記載献立予定表

士別市学校給食センター

所長 古川 優

N01

日	曜	献立表		食 材 太字:実際に使用している食材など 下線:アレルギー食品28品目
		主 食	副 食	
6	月	小型バターパン (小麦・卵・乳) 牛 乳	★豚キムチうどん(米粉麺) ☆ミニにら玉 *大根の和風サラダ	★米粉うどん・豚肉・長葱・キャベツ・もやし・にら・ <u>ごま</u> 白菜キムチ:白菜・人参・玉葱・胡麻・大根・昆布・にら・ <u>りんご</u> ・醸造酢(とうもろこし)・砂糖・にんにく・唐辛子・魚醤(いわし・米麴)・調味料(大豆・ゼラチン・小麦)・かつおエキス <調味料>みりん・にんにく・生姜・こしょう・ガラベース:豚肉・鶏肉・昆布・煮干・鰹・鯖 ラーメンスープ(みそ):みそ(大豆)・豚脂・砂糖・香辛料・ <u>ごま油</u> ・牛肉エキス・オニオンパウダー(小麦)・鶏肉エキス(乳) ガラベース:豚骨・豚肉 ☆にら玉:鶏卵・にら・生姜酢漬・砂糖・醤油(小麦・大豆)・澱粉・食酢(<u>りんご</u>)・ <u>ごま油</u> ・ブイヨン(乳・鶏肉) オイスターソース(米) *大根・リーフレタス・きゅうり・人参・キャベツ・かつお節 <調味料>香味和風ドレッシング:醸造酢・ぶどう糖果糖液糖・醤油(小麦・大豆)・ <u>ごま</u> ・みょうが・ガーリックペースト・生姜・米発酵調味料 玉葱ドレッシング:醸造酢・醤油(小麦・大豆)・砂糖・玉葱
7	火	持参ご飯 牛 乳	★けんちん汁 ☆ほっけ塩焼き *鶏肉とごぼうの甘辛煮	★豚肉・大根・長葱・人参・ごぼう・ほうれん草 豆腐:大豆・油揚げ:大豆 <調味料>酒・みりん・鰹節・鯖節・煮干・昆布・昆布エキス 醤油:小麦・大豆・とうもろこし めんつゆ:醤油(小麦・大豆)・昆布・鰹節・とうもろこし・馬鈴薯 鰹だし:醤油(小麦・大豆)・鰹節・うるめいわし・煮干・昆布・砂糖 ☆ほっけの塩焼き:ほっけ・塩 *鶏肉・ごぼう・人参・大根・いんげん <調味料>米油・砂糖・みりん・昆布エキス・酒・醤油:小麦・大豆・とうもろこし 鰹エキス:鰹節・煮干・鯖節・砂糖・昆布エキス 豆板醤:唐辛子・みそ(大豆)・香辛料・酸味料
8	水	バターパン (小麦・卵・乳) 牛 乳	★クリームシチュー ☆チキンオープン焼き *シャキシャキサラダ	★鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・しめじ・アスパラ・バター:乳・牛乳 <調味料>パセリ・こしょう・米油・酒 コンソメ:乳・鶏肉・とうもろこし・玉葱・牛肉エキス・醤油(小麦・大豆)・香辛料・人参 ベシメルルウ:小麦粉・脱脂粉乳・砂糖・鶏肉エキス・たん白加水分解物(大豆) ホワイトシチュールウ:小麦粉・豚脂・砂糖・オニオンパウダー・ガーリックパウダー・こしょう ☆チキンオープン焼き:鶏肉・パン粉(小麦・大豆)・チーズ(乳)・砂糖・醤油・赤ピーマン・パセリ・植物油 *大根・人参・キャベツ・きゅうり・コーン・レタス <調味料>サウザンドレッシング:食用植物油(大豆)・酢(とうもろこし)・トマトペースト・砂糖・ピクルス・卵黄・レッドペルペッパー・にんにく・こしょう
9	木	委託ご飯 牛 乳	★いんげんのみそ汁 ☆鶏肉のごま照り焼き *白菜の磯和え	★いんげん・人参・長葱・しめじ・油揚げ:大豆 <調味料>鰹節・鯖節・煮干・昆布・昆布エキス みそ:小麦・大豆 ★若鶏のごま照り焼き:鶏肉・パン粉(乳・小麦・大豆)・ <u>ごま</u> ・醤油・砂糖・粉末がらスープ(豚肉)魚介エキス(カタクチイワシ) *白菜・ほうれん草・もやし・のり <調味料> <u>ごま油</u> ・めんつゆ:醤油(小麦・大豆)・昆布・鰹節・とうもろこし・馬鈴薯
10	金	持参ご飯 牛 乳	★ワンタンスープ ☆黒カレイ唐揚げ(米油) *チンジャオロース ●醤油(大豆・小麦)	★豚肉・人参・もやし・玉葱・長葱・チンゲン菜・ワンタン:小麦粉 <調味料>生姜・米油・酒・ <u>ごま油</u> ・こしょう・醤油:小麦・大豆・とうもろこし 中華だし:砂糖・豚肉エキス(小麦・卵・大豆)・チキンパウダー ラーメンスープ(塩):塩・豚脂・玉葱・砂糖・チキンエキス(小麦・鶏肉・大豆)・トマトパウダー・酵母エキス(<u>りんご</u>)・にんにく・牛肉エキス・寒天 ☆カレイ唐揚げ:黒がれい・澱粉 *豚肉・ピーマン・細竹・人参・玉葱 <調味料>生姜・にんにく・酒・砂糖・でん粉・米油・醤油:小麦・大豆・とうもろこし オイスターソース:魚介エキス(かき・ほたて・魚醤(ほっけ・助宗鱈))・砂糖・かき・昆布エキス・酵母エキス
13	月	小型バターパン (小麦・卵・乳) 牛 乳	★豚骨醤油ラーメン ☆たこナゲット <小2ヶ:中3ヶ> *昆布中華和え	★ラーメン・豚肉・チンゲン菜・もやし・白菜・人参・長葱・きくらげ つと:すけとうだら・澱粉・みりん・山芋・乳化剤(豚脂)ゼラチン・ビーフエキス・大豆たん白・とうもろこし <調味料>酒・みりん・にんにく・生姜・こしょう ガラベース:豚骨・豚肉 中華ベース:小麦・乳・大豆・牛肉・ゼラチン・鶏肉・豚肉・砂糖 豚骨醤油ラーメンスープ:醤油(小麦・大豆)・豚肉エキス・砂糖・ゼラチン ラーメンスープ(醤油):醤油(小麦・大豆)・豚脂・玉葱・牛肉エキス・酵母エキス(<u>りんご</u>)・もやし ☆たこナゲット:たこ・いか・たちうお・なたね油・豚脂・砂糖・大豆粉・小麦粉・でん粉(とうもろこし) *きゅうり・キャベツ・大根・昆布・人参・レタス <調味料>チョレギサラダドレッシング:醸造酢・砂糖・ガーリックペースト・醤油(小麦)・みそ(大豆)・ <u>ごま</u> ・昆布エキス 中華ごまドレッシング:醸造酢・醤油(小麦・大豆)・ <u>ごま</u> ・オイスターソース・豆板醤・にんにく・ほたてエキスパウダー(乳)・ポークエキスパウダー(豚肉)
14	火	持参ご飯 牛 乳	★ポークチーズカレー ☆フルーツカクテル *福神漬け	★豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・チーズ:乳・大豆・バター:乳・脱脂粉乳 <調味料>ターメリック・ガラムマサラ・ロリエ粉・にんにく・生姜・米油・チャツネ: <u>りんご</u> カレールウ:小麦・大豆・砂糖・澱粉(とうもろこし)・粉乳・ゴマペースト・ココナッツ・チーズ・豚肉・鶏肉・牛肉・ <u>りんご</u> ・オレンジ・バナナ・ココア・ハチミツ・トマトペースト・カレー粉・酢・昆布エキス ソース:トマト・ <u>りんご</u> ・砂糖・酢・コーンスターチ・オニオンエキス 醤油:小麦・大豆・とうもろこし ケチャップ:トマト・砂糖(とうもろこし)・オニオンエキス・酢 ☆白桃・黄桃・和梨・みかん・ゼリー(ゼラチン)・寒天・ <u>りんご</u> ・人参ジュース:人参・レモン <調味料>砂糖・添加物(とうもろこし) *大根・なす・蓮根・なた豆・赤しそ・砂糖(とうもろこし)・醤油(小麦・大豆)

2020年 Bコース 4月分アレルギー記載献立予定表

士別市学校給食センター

所長 古川 優 N02

日 曜	献立表		食 材 太字:実際に使用している食材など 下線:アレルギー食品28品目
	主 食	副 食	
15	水	黒糖パン (小麦・卵・乳) 牛 乳	<p>★豚肉・人参・玉葱・しめじ・キャベツ・セロリ・チンゲン菜・マカロニ:小麦粉 <調味料>米油・パセリ・こしょう・醤油:小麦・大豆・とうもろこし 鶏がらベース:鶏肉 コンソメ:乳・鶏肉・とうもろこし・玉葱・牛肉エキス・醤油(小麦・大豆)・香辛料・人参 ☆ハンバーグ:鶏肉・玉葱・パン粉(乳・小麦・大豆)・生脂・醤油・砂糖・植物油・豚肉・ウスターソース(りんご)・卵白・にんにくペースト・生姜ペースト・大豆たん白 <調味料>米油・砂糖・オリーブ油・ソース:トマト・りんご・砂糖・酢・コーンスターチ・オニオンエキス ケチャップ:トマト・砂糖(とうもろこし)・オニオンエキス・酢 デミグラスソース:小麦粉・牛脂豚脂混合油・トマトペースト・ウスターソース(りんご)・砂糖・玉葱・人参・牛肉エキス・でん粉・ブラウンルウ(大豆)・香辛料 *じゃが芋・きゅうり・人参・ハム:豚肉・澱粉・砂糖 チーズ:乳 <調味料>砂糖・こしょう・マヨネーズ:植物油脂(とうもろこし・大豆)・卵黄・醸造酢(米・りんご・小麦)・レモン果汁・砂糖 コールスロートレッシング:植物油脂・砂糖・果糖ぶどう糖液糖(とうもろこし)・醸造酢・りんご酢・レモン果汁・液卵 レモンドレッシング:植物油脂(大豆)・醸造酢・ぶどう糖果糖液糖・レモン果汁・ライム果汁・卵黄</p>
16	木	・きのこご飯 牛 乳	<p>・しめじ・舞茸・たもぎ茸・醤油(小麦・大豆)・ぶどう糖果糖液糖・鰹エキス・昆布エキス・椎茸エキス・植物油 ★キャベツ・人参・玉葱・えのき・豆腐:大豆 <調味料>鰹節・鯖節・煮干・昆布・昆布エキス みそ:小麦・大豆 ☆鶏肉 <調味料>塩焼肉たれ:醤油(小麦・大豆)・ねぎ・植物油脂(ごま)・にんにく・レモン果汁・豚肉エキス・こしょう 酒 *もやし・白菜・人参・小松菜 <調味料>めんつゆ:醤油(小麦・大豆)・昆布・鰹節・とうもろこし・馬鈴薯 醤油:小麦・大豆・とうもろこし</p>
17	金	持参ご飯 牛 乳	<p>★鶏肉・大根・長葱・小松菜・人参・ごぼう <調味料>鰹節・鯖節・煮干・昆布・昆布エキス・みりん・酒・醤油:小麦・大豆・とうもろこし めんつゆ:醤油(小麦・大豆)・昆布・鰹節・とうもろこし・馬鈴薯 鰹だし:醤油(小麦・大豆)・鰹節・うるめいわし・煮干・昆布・砂糖 ☆さばのみそ煮:さば・みそ(大豆)・砂糖 *じゃがいものそぼろ煮 ◆お祝いクレープ <調味料>米油・生姜・酒・みりん・砂糖・醤油:小麦・大豆・とうもろこし めんつゆ:醤油(小麦・大豆)・昆布・鰹節・とうもろこし・馬鈴薯 ◆お祝いクレープ:豆乳(大豆)・砂糖・米粉・植物油(大豆)・いちご果汁・乳化剤</p>
20	月	小型バターパン (小麦・卵・乳) 牛 乳	<p>★スパゲティ・玉葱・人参・トマト・バター:乳 ツナ水煮:きはだまぐろ・野菜スープ ウィナー:豚肉・鶏肉・大豆たん白・澱粉・砂糖・鰹節エキス <調味料>パセリ・こしょう・砂糖・オリーブ油・米油・砂糖・にんにく コンソメ:乳・鶏肉・とうもろこし・玉葱・牛肉エキス・醤油(小麦・大豆)・香辛料・人参 ケチャップ:トマト・砂糖(とうもろこし)・オニオンエキス・酢 ソース:トマト・りんご・砂糖・酢・コーンスターチ・オニオンエキス 醤油:小麦・大豆・とうもろこし デミグラスソース:小麦粉・牛脂豚脂混合油・トマトペースト・ウスターソース(りんご)・砂糖・玉葱・人参・牛肉エキス・でん粉・ブラウンルウ(大豆)・香辛料 トマトスープルウ:小麦粉・砂糖・トマトペースト・玉葱・にんにく・粉末ワイン(りんご)・米酢 ☆チキンピカタ:鶏肉・砂糖・パン粉(乳・小麦・大豆)・チキンエキス(豚肉・ゼラチン)・醤油・澱粉・卵・水飴・小麦粉・米粉・チーズ・パセリ *キャベツ・人参・きゅうり・もやし・のり <調味料>チョレギサラダドレッシング:醸造酢・砂糖・ガーリックペースト・醤油(小麦)・みそ(大豆)・ごま・昆布エキス こしょう・ごま油 ◎りんご・砂糖</p>
21	火	持参ご飯 牛 乳	<p>★白菜・人参・なめこ・しめじ・えのき・油揚げ:大豆 <調味料>鰹節・鯖節・煮干・昆布・昆布エキス みそ:小麦・大豆 ☆鮭 <調味料>酒・塩こうじ:米こうじ・酒・塩 *ほうれん草・人参・もやし・ひじき・キャベツ・ごま ちくわ:魚肉(たら)・でん粉・みりん・調味料(とうもろこし・大豆・食塩・ゼラチン(豚)・生エキス)・乳化剤 <調味料>砂糖・醤油:小麦・大豆・とうもろこし ゴマドレッシング:食用植物油脂・砂糖・醸造酢・醤油(小麦・大豆)・ごま・卵黄</p>
22	水	バターパン (小麦・卵・乳) 牛 乳	<p>★白菜・玉葱・人参・しめじ・じゃが芋 豆乳:大豆 ベーコン:豚肉・砂糖・卵たん白・大豆たん白 <調味料>米油・こしょう・パセリ コンソメ:乳・鶏肉・とうもろこし・玉葱・牛肉エキス・醤油(小麦・大豆)・香辛料・人参 ベジマメルルウ:小麦粉・脱脂粉乳・砂糖・鶏肉エキス・たん白加水分解物(大豆) ☆かぼちゃ・玉葱・クリームコーン・生クリーム:乳・チーズ:乳 ベーコン:豚肉・砂糖・卵たん白・大豆たん白 <調味料>こしょう・パセリ *キャベツ・人参・きゅうり・リーフレタス・コーン・大根・ハム:豚肉・澱粉・砂糖 <調味料>イタリアンドレッシング:植物油脂・玉葱・砂糖・酢(りんご)・酒・醤油(小麦・大豆)・赤ピーマン・椎茸・ベーコン(乳・豚肉)・オリーブ・鶏肉エキス こしょう</p>

2020年 Bコース 4月分アレルギー記載献立予定表

士別市学校給食センター

所長 古川 優 N03

日	曜	献立表		食 材 太字:実際に使用している食材など 下線:アレルギー食品28品目
		主 食	副 食	
23	木	・お赤飯 (甘納豆) 牛 乳	★お吸い物 ☆厚焼き玉子焼き *そばろ金平	・金時豆・砂糖・水飴・黒ごま・コンタミ(乳・卵・大豆) ★小松菜・人参・えのき・椎茸・ごぼう・手毬麩:小麦・もち米粉・着色料 豆腐:大豆 <調味料>鰹節・鯖節・煮干・昆布・昆布エキス・みりん・酒・醤油:小麦・大豆・とうもろこし 白だし:小麦・鯖・大豆・鰹節・昆布エキス・水飴 ☆厚焼き玉子:卵・砂糖・だし(かつお・昆布)・調味料(とうもろこし) *鶏肉・豚肉・ごぼう・人参・もやし・いんげん <調味料>米油・酒・みりん・砂糖・醤油:小麦・大豆・とうもろこし 鰹エキス:鰹節・煮干・鯖節・砂糖・昆布エキス
24	金	持参ご飯 牛 乳	★里芋のみそ汁 ☆かつおフライ(米油) *うま煮 ●卓上ソース	★里芋・人参・チンゲン菜・わかめ <調味料>鰹節・鯖節・煮干・昆布・昆布エキス みそ:小麦・大豆 ☆かつおフライ:かつお・パン粉(大豆)・小麦粉 *豚肉・人参・大根・細竹・ごぼう・椎茸・つきこん つと:すけとうだら・澱粉・みりん・山芋・乳化剤(豚脂)ゼラチン・ビーフエキス・大豆たん白・とうもろこし <調味料>酒・米油・砂糖・みりん・醤油:小麦・大豆・とうもろこし めんつゆ:醤油(小麦・大豆)・昆布・鰹節・とうもろこし・馬鈴薯 鰹エキス:鰹節・煮干・鯖節・砂糖・昆布エキス ●トマト・りんご・砂糖・酢・コーンスターチ
27	月	小型バターパン (小麦・卵・乳) 牛 乳	★鶏めん ☆春巻(米油) *カップヨーグルト	★そうめん・鶏肉・人参・長葱・玉葱・白菜・ほうれん草・ごま <調味料>鰹節・鯖節・煮干・昆布・昆布エキス・生姜 醤油:小麦・大豆・とうもろこし めんつゆ:醤油(小麦・大豆)・昆布・鰹節・とうもろこし・馬鈴薯 鰹だし:醤油(小麦・大豆)・鰹節・うるめいわし・煮干・昆布・砂糖 ☆春巻き:筍・人参・玉葱・キャベツ・醤油(小麦・大豆)・ごま油・菜種油・砂糖・春雨・豚脂・オイスターソース・エキス(鶏肉)調味料(ゼラチン) *乳製品・砂糖・ミルクカルシウム・寒天
28	火	持参ご飯 牛 乳	★かぼちゃカレー ☆ひき肉サラダ ◆ももタルト	★豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・かぼちゃ・コーン・バター:乳・脱脂粉乳 <調味料>ターメリック・ガラムマサラ・ロリエ粉・にんにく・生姜・米油・チャツネ:りんご カレールー:小麦・大豆・砂糖・澱粉(とうもろこし)・粉乳・ゴマペースト・ココナッツ・チーズ・豚肉・鶏肉・牛肉・りんご・オレンジ・バナナ・ココア・ハチミツ・トマトペースト・カレー粉・酢・昆布エキス ソース:トマト・りんご・砂糖・酢・コーンスターチ・オニオンエキス 醤油:小麦・大豆・とうもろこし ケチャップ:トマト・砂糖(とうもろこし)・オニオンエキス・酢 ☆キャベツ・人参・枝豆・コーン・レタス 鶏そばろ:鶏肉・卵白・醤油(大豆・小麦)・砂糖・植物油・つゆ(さば)・魚醤調味料 <調味料>おろし醤油ドレッシング:醸造酢・しょうゆ(小麦・大豆)・大根・かつお節エキス・昆布エキス・椎茸エキス・ゆず果汁 和風ドレッシング:玉葱・醤油(小麦・大豆)・醸造酢・砂糖・りんご・赤ピーマン・にんにく・椎茸・生姜・たん白加水分解物(鶏肉・豚肉)・プルーン・かつお節エキス ◆桃ピューレ・水あめ・砂糖・豆乳(大豆)・砂糖・米粉・植物油・乳化剤・ショートニング・コーンフラワー・でん粉
30	木	・鮭わかめご飯 牛 乳	★みそ五目汁 ☆鶏肉のもみじ焼き *おかか和え	・鮭・わかめ・砂糖・昆布だし・鮭エキス・鰹エキス・昆布エキス ★豚肉・白菜・人参・ごぼう・玉葱・長葱・つきこん・わかめ・豆腐:大豆 <調味料>鰹節・鯖節・煮干・昆布・昆布エキス・酒・醤油:小麦・大豆・とうもろこし みそ:小麦・大豆 ★鶏肉・人参 <調味料>酒・こしょう・マヨネーズ:植物油(とうもろこし・大豆)・卵黄・醸造酢(米・りんご・小麦)・レモン果汁・砂糖 *もやし・キャベツ・人参・ほうれん草・かつお節 <調味料>醤油:小麦・大豆・とうもろこし めんつゆ:醤油(小麦・大豆)・昆布・鰹節・とうもろこし・馬鈴薯

*献立は、材料の都合により予告しないで一部を変更することがありますのでご承知下さい。

*藻類・魚介類はえび・カニの生息域で採取されています。

*うどん・ラーメン・スパゲティ・そうめんの製造工場では、そばを製造しています。

*大豆製品(豆腐・油揚げ・生揚げ・おから)・つきこん・白滝・こんにゃくの製造工場では、そばを製造しています。

*パン・委託ご飯の製造工場では、くるみ・オレンジ・ごま・落花生・バナナ・キウイフルーツを使用しています。

*つと・さつまあげ・ちくわの製造工場では、えび・イカ・かに・豚肉・卵・乳を使用しています。