

2020年 Aコース

6月 献立予定表

士別市学校給食センター

所長 古川 優

1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)
小 809kcal 中 993kcal	小 623kcal 中 758kcal	小 699kcal 中 849kcal	小 680kcal 中 816kcal	小 748kcal 中 941kcal
小: ★31.7g ●26.8g ◆2.4g	小: ★24.8g ●15.7g ◆2.7g	小: ★32.0g ●26.5g ◆4.8g	小: ★26.7g ●19.0g ◆2.9g	小: ★31.0g ●27.7g ◆3.7g
中: ★37.5g ●30.8g ◆2.8g	中: ★28.6g ●16.6g ◆3.2g	中: ★38.3g ●30.9g ◆5.9g	中: ★30.2g ●19.9g ◆3.4g	中: ★37.7g ●31.9g ◆4.4g
<ul style="list-style-type: none"> ・持参ご飯 ・牛乳 ★豆腐のすまし汁 ☆カツオフライ (米油) *肉じゃが ◆ももタルト ●卓上ソース 	<ul style="list-style-type: none"> ・鮭わかめご飯 ・牛乳 ★お吸い物 ☆厚焼き玉子 *そぼろ金平 	<ul style="list-style-type: none"> ・バターパン ・牛乳 ★ふわふわスープ ☆かぼちゃグラタン *鶏と青菜のサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・持参ご飯 ・牛乳 ★きのこのみそ汁 ☆おろしソースハンバーグ *おかか和え ◆かしわもち 	<ul style="list-style-type: none"> ・小型バターパン ・牛乳 ★みそ野菜ラーメン ☆豆腐のそぼろあん包み ◎P北海道黒豆
8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)
小 638kcal 中 775kcal	小 762kcal 中 918kcal	小 790kcal 中 933kcal	小 810kcal 中 1004kcal	小 688kcal 中 899kcal
小: ★25.0g ●19.0g ◆2.6g	小: ★28.3g ●24.4g ◆3.0g	小: ★30.9g ●30.6g ◆3.9g	小: ★21.6g ●22.7g ◆3.6g	小: ★27.2g ●25.3g ◆4.0g
中: ★28.9g ●20.7g ◆3.0g	中: ★33.3g ●26.7g ◆3.6g	中: ★35.5g ●34.5g ◆4.7g	中: ★25.6g ●26.2g ◆4.4g	中: ★35.1g ●31.4g ◆5.3g
<ul style="list-style-type: none"> ・持参ご飯 ・牛乳 ★かき玉スープ ☆シウマイ (1人2ヶ) *中華炒め ●卓上醤油 	<ul style="list-style-type: none"> ・お赤飯 (甘納豆) ・牛乳 ★みそ五目汁 ☆さんま土佐煮 *野菜のごま風味和え 	<ul style="list-style-type: none"> ・バターパン ・牛乳 ★コーンクリームスープ ☆チキンオープン焼き *イタリアンサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・持参ご飯 ・牛乳 ★野菜カレー ☆枝豆サラダ *白桃シロップ漬け 	<ul style="list-style-type: none"> ・小型バターパン ・牛乳 ★山菜にゅうめん ☆春巻 ◎キャンディチーズ <小2ヶ:中3ヶ>
<ul style="list-style-type: none"> ★椎茸・液卵・豆腐・細竹・わかめ ☆豚肉・鶏肉・玉葱 *ハム・キャベツ・玉葱・人参・枝豆・細竹・ごま 	<ul style="list-style-type: none"> ★ちくわ・白菜・人参・ごぼう・玉葱・長葱・豆腐・わかめ ☆さんま・鯉節 *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"> ★ベーコン・じゃが芋・人参・アスパラ・コーン・牛乳・バター・生クリーム ☆鶏肉 *キャベツ・人参・きゅうり・コーン・チーズ (イタリアンドレッシング) 	<ul style="list-style-type: none"> ★ウィンナー・じゃが芋・玉葱・人参・南瓜・スキムミルク・バター・りんごチャツネ ☆キャベツ・人参・枝豆・コーン (和風ドレッシング・香味和風ドレッシング) *白桃 	<ul style="list-style-type: none"> ★そうめん・油揚げ・人参・長葱・白菜・ほうれん草・筍・なめこ・ごま ☆筍・人参・玉葱・キャベツ・春雨
<p>◆白飯の持参日は、<u>月曜日・木曜日</u>です。</p> <p>◆毎日はし・スプーン・おしぼりを忘れないで下さい。</p> <p>※献立予定表には、主な食材を記載しています。</p> <p>※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。</p> <p>※15日以降の献立表につきましては、今後の状況により献立内容を変更する可能性があるため、決まり次第通知させていただきます。</p> <p>大変ご迷惑おかけいたしますがよろしくお願い致します。</p>	<p>こんげつ しべつさん 今月の士別産</p> <p>じゃが芋・アスパラ</p> <p>がつしゅん 6月旬のたべもの</p> <p>はくさい 白菜・レタス・きゅうり・ピーマン・アスパラ・ごぼうなどがあります。</p>	<p>6月4日は かしわもちです</p> <p>5月のこどもの日のメニューに「かしわもち」を提供する予定でしたが、学校がお休みになってしまい、提供することができませんでした。</p> <p>かしわもちは子供の成長を願って食された、端午の節句の伝統的な和菓子です。</p>	<p>1日当たり平均栄養量</p> <p>★たんぱく質量★</p> <p>小学生 27.9g 中学生 33.0g</p> <p>●脂質●</p> <p>小学生 23.7g 中学生 26.9g</p> <p>◆塩分◆</p> <p>小学生 3.3g 中学生 4.0g</p>	



6月4日は6と4で「むし」、虫歯予防デーです。

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。健康な歯でよくかんで食べることは、食事をおいしく味わい、しっかり栄養を吸収するための基本です。虫歯は一度なってしまうと元の歯には戻らないため、きちんと予防することが肝心です。5日は北海道黒豆がつきます。よくかんで食べて、健康な歯を保ちましょう。



2020年 Bコース

6月 献立予定表

士別市学校給食センター
所長 古川 優

1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)
小 880kcal 中 1107kcal	小 623kcal 中 770kcal	小 699kcal 中 849kcal	小 685kcal 中 845kcal	小 694kcal 中 854kcal
小: ★33.6g ●32.2g ◆3.8g	小: ★25.4g ●18.9g ◆2.4g	小: ★32.0g ●26.5g ◆4.8g	小: ★29.6g ●16.6g ◆2.7g	小: ★28.4g ●17.4g ◆1.9g
中: ★41.5g ●37.8g ◆4.6g	中: ★29.9g ●21.2g ◆2.8g	中: ★38.3g ●30.9g ◆5.9g	中: ★31.8g ●18.5g ◆3.3g	中: ★33.6g ●19.4g ◆2.3g
こがた ・小型バターパン ぎゅうにゅう ・牛乳 ★みそ野菜ラーメン ☆豆腐のそぼろあん包み ◎P北海道黒豆 ◆ももタルト	じさんほん ・持参ご飯 ぎゅうにゅう ・牛乳 ★きのこのみそ汁 ☆おろしソースハンバーグ ＊おかか和え	・バターパン ぎゅうにゅう ・牛乳 ★ふわふわスープ ☆かぼちゃグラタン ＊鶏と青菜のサラダ	さけほん ・鮭わかめご飯 ぎゅうにゅう ・牛乳 ★お吸い物 ☆厚焼き玉子 ＊そぼろ金平 ◆かしわもち	じさんほん ・持参ご飯 ぎゅうにゅう ・牛乳 ★豆腐のすまし汁 ☆カツオフライ(米油) ＊肉じゃが ●卓上ソース
★ラーメン・豚肉・つと・チンゲン菜・人参・もやし・白菜・長葱・きくらげ・ごま ☆鶏肉・豆腐・玉葱・人参・ごま・枝豆・椎茸 ◆桃・豆乳・米粉	★油揚げ・白菜・人参・なめこ・しめじ ☆豆腐・鶏肉・玉葱・大根 ＊もやし・白菜・人参・ほうれん草・鰹節	★ベーコン・人参・玉葱・じゃが芋・コーン・液卵・アスパラ・粉チーズ・スキムミルク・豆乳 ☆豆乳・かぼちゃ・玉葱 ＊チンゲン菜・キャベツ・大根・チキン水煮(チョレギサラダドレッシング)	★豆腐・人参・いんげん・椎茸・手毬麩・ごぼう ☆卵 ＊鶏そぼろ・ごぼう・人参・もやし・いんげん ◆上新粉・小豆	★豆腐・玉葱・小松菜・人参・椎茸 ☆カツオ ＊じゃが芋・豚肉・玉葱・人参・つきこん・いんげん
8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)
小 688kcal 中 899kcal	小 810kcal 中 1004kcal	小 790kcal 中 933kcal	小 762kcal 中 918kcal	小 638kcal 中 775kcal
小: ★27.2g ●25.3g ◆4.0g	小: ★21.6g ●22.7g ◆3.6g	小: ★30.9g ●30.6g ◆3.9g	小: ★28.3g ●24.4g ◆3.0g	小: ★25.0g ●19.0g ◆2.6g
中: ★35.1g ●31.4g ◆5.3g	中: ★25.6g ●26.2g ◆4.4g	中: ★35.5g ●34.5g ◆4.7g	中: ★33.3g ●26.7g ◆3.6g	中: ★28.9g ●20.7g ◆3.0g
こがた ・小型バターパン ぎゅうにゅう ・牛乳 ★山菜にゅうめん ☆春巻 ◎キャンディチーズ <小2ヶ:中3ヶ>	じさんほん ・持参ご飯 ぎゅうにゅう ・牛乳 ★野菜カレー ☆枝豆サラダ ＊白桃シロップ漬け	・バターパン ぎゅうにゅう ・牛乳 ★コーンクリームスープ ☆チキンオープン焼き ＊イタリアンサラダ	せきはんあまなっとう ・お赤飯(甘納豆) ぎゅうにゅう ・牛乳 ★みそ五目汁 ☆さんま土佐煮 ＊野菜のごま風味和え	じさんほん ・持参ご飯 ぎゅうにゅう ・牛乳 ★かき玉スープ ☆シウマイ(1人2ヶ) ＊中華炒め ●卓上醤油
★そうめん・油揚げ・人参・長葱・白菜・ほうれん草・筍・なめこ・ごま ☆筍・人参・玉葱・キャベツ・春雨	★ウィンナー・じゃが芋・玉葱・人参・南瓜・スキムミルク・バター・りんごチャツネ ☆キャベツ・人参・枝豆・コーン(和風ドレッシング・香味和風ドレッシング) ＊白桃	★ベーコン・じゃが芋・人参・アスパラ・コーン・牛乳・バター・生クリーム ☆鶏肉 ＊キャベツ・人参・きゅうり・コーン・チーズ(イタリアンドレッシング)	★ちくわ・白菜・人参・ごぼう・玉葱・長葱・豆腐・わかめ ☆さんま・鰹節 ＊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)	★椎茸・液卵・豆腐・細竹・わかめ ☆豚肉・鶏肉・玉葱 ＊ハム・キャベツ・玉葱・人参・枝豆・細竹・ごま
◆白飯の持参日は、<u>火曜日・金曜日</u>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。 ※15日以降の献立表につきましては、今後の状況により献立内容を変更する可能性があるため、決まり次第通知させていただきます。 大変ご迷惑おかけいたしますがよろしくお願い致します。	<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> いも じゃが芋・アスパラ <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;"> がつしゅん 6月旬のたべもの </div> はくさい 白菜・レタス・きゅうり・ピーマン・アスパラ・ごぼう などがああります。	6月4日は かしわもちです がつ ひ 5月のこどもの日のメニューに「かしわもち」を提供する予定でしたが、学校がお休みになってしまい、提供することができませんでした。 かしわもちの子供の成長を願って食された、端午の節句の伝統的な和菓子です。	1日当たり平均栄養量 ★たんぱく質量★ 小学生 27.9g 中学生 33.3g ●脂質● 小学生 23.3g 中学生 26.7g ◆塩分◆ 小学生 3.3g 中学生 4.0g 	



6月4日は6と4で「むし」、虫歯予防デーです。

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。健康な歯でよくかんで食べることは、食事をおいしく味わい、しっかり栄養を吸収するための基本です。虫歯は一度なってしまうと元の歯には戻らないため、きちんと予防することが肝心です。今月は北海道黒豆がつきます。よくかんで食べて、健康な歯を保ちましょう。



またみなさんに給食を食べてもらえることを嬉しく思います。
手をしっかりと洗って身支度を整えてから、おいしく給食をたべ
ましょう。

牛乳・乳製品を多くとろう！毎日牛乳をモ～1杯

学校がお休みの期間、みなさんは牛乳を飲みましたか？今回はレンジでできる牛乳を
使った簡単なおやつレシピを紹介しします。おうちでぜひ作ってみてくださいね。

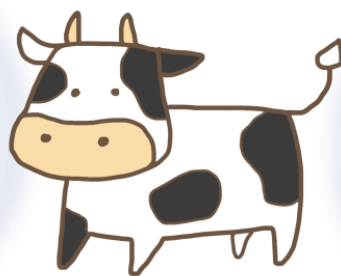
牛乳には栄養がたくさん！

酪農家さんの応援につながる！

牛乳には、

- ・歯や骨を強くする**カルシウム**
- ・血や肉になる**たんぱく質**
- ・成長を助ける**ビタミンB2**

などが入っています。



牛は毎日、乳をしぼらないと病気になるってしまいます。給食がなくなり、たくさん余った牛乳は捨てなければいけません。



レンジでパンフディング



材料（1人分）

- ・牛乳……………200ml
- ・卵……………1個
- ・砂糖……………大さじ3
- ・食パン……………1枚
- ・粉糖やメープルシロップなど
……………お好み

作り方

- ① ボウルに卵を割り、砂糖を入れしっかり混ぜる。
- ② 牛乳を少しずつ加えながら混ぜる。
- ③ 縦4等分、横4等分に切った食パンを器に並べる。
- ④ ②で作った液を器に流し入れ、500～600Wのレンジで4分前後加熱する。焼き目を付けたければトースターで1～2分追加で加熱する。
- ⑤ 仕上げに粉糖、メープルシロップ、はちみつなど好きなものがかかる。

6月の献立ひとくちメモ

ふわふわスープ

卵、パン粉、粉チーズなどをふわふわに固めているスープです。
今回は豆乳や旬のアスパラも入れています。



やさいかレー

いつものカレーに加え、かぼちゃをたくさん入れています。給食のカレーでは大人数の分を大きい鍋で作るので、野菜のうま味が出て美味しいカレーになります。

2020年 Aコース 6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	
1	月	持参ご飯 牛乳	★豆腐のすまし汁 ☆カツオフライ(米油) *肉じゃが ●卓上ソース ◆ももタルト	★玉葱・小松菜・人参・椎茸・豆腐:大豆 <調味料>鰹節・鰹節・煮干・昆布・昆布エキス・酒・でん粉・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 ☆かつおフライ:かつお・パン粉(大豆)・小麦粉 *じゃが芋・豚肉・玉葱・人参・つきこん・いんげん <調味料>砂糖・みりん・酒・生姜・米油・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 ◆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
2	火	・鮭わかめご飯 牛乳	★お吸い物 ☆厚焼玉子 *そぼろ金平	・鮭・わかめ・砂糖・昆布だし・鮭エキス・鰹エキス・昆布エキス ★人参・いんげん・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・鰹節・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・鰹・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) *ごぼう・人参・もやし・いんげん 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>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・鰹節・砂糖・昆布エキス
3	水	バターパン (小麦・卵・乳) 牛乳	★ふわふわスープ ☆かぼちゃグラタン *鶏と青菜のサラダ	★人参・玉葱・コーン・液卵・アスパラ・じゃが芋 豆乳:大豆 粉チーズ:乳・脱脂粉乳 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・醤油:小麦・大豆・とうもろこし 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 パン粉:小麦粉・砂糖・ショートニング・大豆粉・イーストフード(とうもろこし) 鶏からベース:鶏肉 ☆かぼちゃグラタン:かぼちゃ・豆乳(大豆)・かぼちゃペースト・米パスタ・砂糖・玉葱・鶏肉油 *チンゲン菜・キャベツ・大根・鶏ササミ:鶏ささみ肉・野菜エキス(人参・玉葱・白菜・セロリ)・玉葱・寒天・マイタケエキス <調味料>醤油:小麦・大豆・とうもろこし しょう油 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
4	木	持参ご飯 牛乳	★きのこのみそ汁 ☆おろしソースハンバーグ *おかか和え ◆かしわもち	★白菜・人参・なめこ・しめじ・油揚げ:大豆 <調味料>鰹節・鰹節・煮干・昆布・昆布エキス みそ:小麦・大豆 ☆豆腐ハンバーグ:豆腐(大豆)・鶏肉・玉葱・パン粉(小麦・とうもろこし) 大根おろし <調味料>おろしだれ:大根・醤油(小麦・大豆)・砂糖・りんごピューレ *もやし・白菜・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 ◆上新粉・砂糖・小豆・麦芽糖(とうもろこし)・コンタミ(乳・小麦・くるみ・ごま・りんご・大豆)
5	金	小型バターパン (小麦・卵・乳) 牛乳	★みそ野菜ラーメン ☆豆腐のそぼろあん包み ◎P北海道黒豆	★ラーメン・豚肉・チンゲン菜・人参・もやし・白菜・長葱・きくらげ・ごま つと:すけとうだら・澱粉・みりん・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・昆布エキス・こしょう ガラベース:豚肉・鶏肉・昆布・煮干・鰹・鰹 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) 中華ベース:小麦・乳・大豆・牛肉・ゼラチン・鶏肉・豚肉・砂糖 ☆豆腐のそぼろあん包み:玉葱・人参・枝豆・豆乳(大豆)・たらすり身・豆腐(大豆)・卵白・でん粉・鶏肉・醤油(大豆・小麦)・かつおエキス・昆布エキス・椎茸 ◎黒大豆
8	月	持参ご飯 牛乳	★かき玉スープ ☆シューマイ(1人2ヶ) *中華炒め ●醤油(大豆・小麦)	★椎茸・液卵・細竹・わかめ・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) *玉葱・人参・枝豆・細竹・キャベツ・ごま・ハム:豚肉・澱粉・砂糖 <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
9	火	・お赤飯 (甘納豆) 牛乳	★みそ五目汁 ☆さんま土佐煮 *野菜のごま風味和え	・金時豆・砂糖・水飴・黒ごま・コンタミ(乳・卵・大豆) ★白菜・人参・ごぼう・玉葱・長葱・わかめ・豆腐:大豆 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>鰹節・鰹節・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 ☆さんまおほかた煮:さんま・水あめ・でん粉・生姜・かつお節・醤油(小麦・大豆)・砂糖・鰹エキス *ほうれん草・人参・もやし・ひじき・キャベツ・ごま <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

2020年 Aコース 6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 健02

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	
10	水	バターパン <small>(小麦・卵・乳)</small> 牛 乳	★コーンクリームスープ ☆チキンオープン焼き *イタリアンサラダ	★じゃが芋・人参・アスパラ・コーン・クリームコーン・牛乳・バター:乳・生クリーム:乳 ベーコン:豚肉・砂糖・卵たん白・大豆たん白 <調味料>パセリ・こしょう・米油 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) 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 コーンポタージュ:小麦粉・脱脂粉乳・砂糖・澱粉・鶏肉エキス・パーム油・コーンパウダー ☆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・ 植物油脂 *キャベツ・人参・きゅうり・コーン・チーズ:乳 <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
11	木	持参ご飯 牛 乳	★やさいカレー ☆枝豆サラダ *白桃シロップ漬け	★じゃが芋・玉葱・人参・かぼちゃ・バター:乳・脱脂粉乳 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>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・生 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 ☆枝豆・キャベツ・人参・コーン <調味料>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)・ブルーン・かつお節エキス 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 *白桃・砂糖・添加物(とうもろこし)
12	金	小型バターパン <small>(小麦・卵・乳)</small> 牛 乳	★山菜にゅうめん ☆春巻(米油) *キャンディチーズ <小2ヶ:中3ヶ>	★そうめん・人参・細竹・なめこ・長葱・ほうれん草・白菜・ごま・油揚げ:大豆 <調味料>鯉節・鰹節・煮干・昆布・昆布エキス・生姜・酒・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 鯉だし: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) *ナチュラルチーズ(乳)

*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 6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	
1	月	小型バターパン (小麦・卵・乳) 牛 乳	★みそ野菜ラーメン ☆豆腐のそぼろあん包み ◎P北海道黒豆 ◆ももタルト	★ラーメン・豚肉・チンゲン菜・人参・もやし・白菜・長葱・きくらげ・ごま つと:すけとうだら・澱粉・みりん・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・昆布エキス・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・ごま油・牛肉エキス・オニオンパウダー(小麦)・鶏肉エキス(乳) 中華ベース:小麦・乳・大豆・牛肉・ゼラチン・鶏肉・豚肉・砂糖 ☆豆腐のそぼろあん包み:玉葱・人参・枝豆・豆乳(大豆)・たらすり身・豆腐(大豆)・卵白・でん粉・鶏肉・醤油(大豆・小麦)・かつおエキス・昆布エキス・椎茸 ◎黒大豆 ◆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
2	火	持参ご飯 牛 乳	★きのこのみそ汁 ☆おろしソースハンバーグ *おなか和え	★白菜・人参・なめこ・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 ☆豆腐ハンバーグ:豆腐(大豆)・鶏肉・玉葱・パン粉(小麦・とうもろこし) 大根おろし <調味料>おろしだれ:大根・醤油(小麦・大豆)・砂糖・りんごピューレ *もやし・白菜・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
3	水	バターパン (小麦・卵・乳) 牛 乳	★ふわふわスープ ☆かぼちゃグラタン *鶏と青菜のサラダ	★人参・玉葱・コーン・液卵・アスパラ・じゃが芋 豆乳:大豆 粉チーズ:乳・脱脂粉乳 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・醤油:小麦・大豆・とうもろこし 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 パン粉:小麦粉・砂糖・ショートニング・大豆粉・イーストフード(とうもろこし) 鶏からベース:鶏肉 ☆かぼちゃグラタン:かぼちゃ・豆乳(大豆)・かぼちゃペースト・米パスタ・砂糖・玉葱・鶏肉油 *チンゲン菜・キャベツ・大根・鶏ササミ:鶏ささみ肉・野菜エキス(人参・玉葱・白菜・セロリ)・玉葱・寒天・マイタケエキス <調味料>醤油:小麦・大豆・とうもろこし こしょう 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
4	木	・鮭わかめご飯 牛 乳	★お吸い物 ☆厚焼玉子 *そぼろ金平 ◆かしわもち	・鮭・わかめ・砂糖・昆布だし・鮭エキス・鰹エキス・昆布エキス ★人参・いんげん・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 ☆厚焼玉子:卵・砂糖・だし(かつお・昆布)・調味料(とうもろこし) *ごぼう・人参・もやし・いんげん 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>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 ◆上新粉・砂糖・小豆・麦芽糖(とうもろこし)・コンタミ(乳・小麦・くるみ・ごま・りんご・大豆)
5	金	持参ご飯 牛 乳	★豆腐のすまし汁 ☆カツオフライ(米油) *肉じゃが ●卓上ソース	★玉葱・小松菜・人参・椎茸・豆腐:大豆 <調味料>鰹節・鯖節・煮干・昆布・昆布エキス・酒・でん粉・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 ☆かつおフライ:かつお・パン粉(大豆)・小麦粉 *じゃが芋・豚肉・玉葱・人参・つきこん・いんげん <調味料>砂糖・みりん・酒・生姜・米油・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
8	月	小型バターパン (小麦・卵・乳) 牛 乳	★山菜にゅうめん ☆春巻(米油) *キャンディチーズ <小2ヶ:中3ヶ>	★そうめん・人参・細竹・なめこ・長葱・ほうれん草・白菜・ごま・油揚げ:大豆 <調味料>鰹節・鯖節・煮干・昆布・昆布エキス・生姜・酒・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) *ナチュラルチーズ(乳)
9	火	持参ご飯 牛 乳	★やさいかレー ☆枝豆サラダ *白桃シロップ漬け	★じゃが芋・玉葱・人参・かぼちゃ・バター:乳・脱脂粉乳 ウィンナー:豚肉・鶏肉・大豆たん白・澱粉・砂糖・鰹節エキス <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 ☆枝豆・キャベツ・人参・コーン <調味料>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)・ブルーネ・かつお節エキス 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 *白桃・砂糖・添加物(とうもろこし)

2020年 Bコース 6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 剛2

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	
10	水	バターパン <small>(小麦・卵・乳)</small> 牛 乳	★コーンクリームスープ ☆チキンオープン焼き *イタリアンサラダ	★じゃが芋・人参・アスパラ・コーン・クリームコーン・牛乳・バター:乳・生クリーム:乳 ベーコン:豚肉・砂糖・卵たん白・大豆たん白 <調味料>パセリ・こしょう・米油 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) 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 コーンポタージュルウ:小麦粉・脱脂粉乳・砂糖・澱粉・鶏肉エキス・パーム油・コーンパウダー ☆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・ 植物油脂 *キャベツ・人参・きゅうり・コーン・チーズ:乳 <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
11	木	・お赤飯 (甘納豆) 牛 乳	★みそ五目汁 ☆さんま土佐煮 *野菜のごま風味和え	・金時豆・砂糖・水飴・黒ごま・コンタミ(乳・卵・大豆) ★白菜・人参・ごぼう・玉葱・長葱・わかめ・豆腐:大豆 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>鯉節・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 ☆さんまおほかか煮:さんま・水あめ・でん粉・生姜・かつお節・醤油(小麦・大豆)砂糖・鯖エキス *ほうれん草・人参・もやし・ひじき・キャベツ・ごま <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
12	金	持参ご飯 牛 乳	★かき玉スープ ☆シュウマイ<1人2ヶ> *中華炒め ●醤油(大豆・小麦)	★椎茸・液卵・細竹・わかめ・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 鶏がらベース: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) *玉葱・人参・枝豆・細竹・キャベツ・ごま・ハム:豚肉・澱粉・砂糖 <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

*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・こんにやくの製造工場では、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。