

◎牛乳と煮干しは毎日つきます

ニセコ町学校給食センター

月	火	水	木 1日	金 2日
<p>6月4日～10日は <b>歯と口の健康習慣</b></p> <p>★マークのついているメニューはかみごたえのあるカムカムメニューです</p> <p>一口30回を目標に よくかんで味わって 食べよう</p>	<p>今月の給食に使用しているニセコ産の食材</p> <p>こめ たまご にんじん たまねぎ じゃがいも とうふ</p> <p>献立について ○マークがついているメニューは新メニューだよ!</p>	<p>【4月に使用した野菜の産地】 ・じゃがいも…ニセコ・人参…ニセコ・大根…ニセコ・長ネギ…関東・生姜…高知・かぼちゃ…ニュージーランド・さつまいも…茨城・きゅうり…関東・にんにく…青森・もやし…当別・小松菜…道内・白菜…ニセコ・玉ねぎ…ニセコ・チンゲン菜…道内・キャベツ…ニセコ・パセリ…愛知・ほうれん草…道内・レタス…道内・りんご…青森・バナナ…フィリピン</p>	<p>角食パン コーンスープ チキンのハーブ焼き キャベツのツナマヨサラダ リンゴジャム</p>	<p>わかめご飯 なめこ汁 チーズ包みメンチカツ もやしと春雨のサラダ</p>
5日 カムカムメニュー	6日 カムカムメニュー	7日 カムカムメニュー	8日 カムカムメニュー	9日 カムカムメニュー
<p>ごはん 白玉汁 おおいも田揚げ ★イカのサラダ</p>	<p>醤油ラーメン 大学芋 ★切り干し大根サラダ</p>	<p>発芽玄米ごはん さつまいも 豚のしょうが焼き ★しゃきしゃき和え</p>	<p>ごはん いもとわかめの味噌汁 ホッケフライ ★きんぴらごぼう</p>	<p>野菜カレー ★ごぼうとツナのサラダ ★りんご</p>
赤 牛乳 にぼし いか あぶらあげ おおいも(さかな) ぶたにく	赤 牛乳 にぼし みそ ぶたにく つと ツナ	赤 牛乳 にぼし みそ ぶたにく さつまいも あぶらあげ	赤 牛乳 にぼし みそ わかめ ほっけ さつまいも とうふ	赤 牛乳 にぼし ツナ とりにく ヨーグルト チーズ
黄 こめ しらたまもち あぶら マヨネーズ かたくりこ	黄 ラーメン あぶら かたくりこ さとう さつまいも こま こまあぶら みずあめ	黄 こめ さとう あぶら こまあぶら こま はつがげんまい さつまいも	黄 こめ あぶら つきこんにやく こまあぶら こま さとう じゃがいも	黄 こめ むぎ あぶら パター じゃがいも
緑 キャベツ にんじん きゅうり コーン だいこん ごぼう はくさい しいたけ ながねぎ しょうが	緑 にんにく しょうが メンマ きりほしだいこん にんじん たまねぎ ながねぎ きゅうり はくさい ちんげんさい もやし	緑 だいこん にんじん たまねぎ ながねぎ しょうが れんこん えだまめ コーン	緑 ごぼう にんじん ながねぎ	緑 にんにく しょうが たまねぎ にんじん かぼちゃ ピーマン えだまめ コーン りんご トマト なす だいこん ごぼう きゅうり
小 618kcal 中 749kcal	小 644kcal 中 799kcal	小 683kcal 中 817kcal	小 605kcal 中 747kcal	小 711kcal 中 881kcal
12日	13日	14日	15日	16日
<p>ごはん えのきと揚げの味噌汁 あじの磯辺カツ 小松菜のサラダ</p>	<p>〇わかめうどん かぼちゃのひきにくフライ かにかまのピリ辛和え ※わかめうどんはわかめの はい入ったうどんだよ</p>	<p>ごはん 肉ボールスープ コーンシュウマイ 華風サラダ</p>	<p>セルフハンバーガー(パン・ハンバーグ) ミネストローネ 春のマカロニサラダ</p>	<p>カラフルそぼろ丼 大根と揚げの味噌汁 おかかマヨ和え</p>
赤 牛乳 にぼし とうふ あおのり ハム あじ あぶらあげ みそ ひじき	赤 牛乳 にぼし とりにく わかめ ぶたにく	赤 牛乳 にぼし ハム くらげ さかなのすりみ たまご ぶたにく	赤 牛乳 にぼし ツナ ベーコン とりにく ぶたにく	赤 牛乳 にぼし ちくわ かつおぶし とりにく みそ あぶらあげ
黄 こめ あぶら パンこ はるさめ こまあぶら こま	黄 うどん あぶら パンこ	黄 こめ あぶら かたくりこ こまあぶら しゅうまいのかわ はるさめ さとう	黄 パン あぶら マカロニ マヨネーズ パンこ オリーブあぶら じゃがいも パター	黄 こめ さとう マヨネーズ
緑 えのき こまつな	緑 にんじん たまねぎ しいたけ ほうれんそう ながねぎ かぼちゃ	緑 しいたけ はくさい ほうれんそう きゅうり レタス	緑 たまねぎ にんじん パセリ にんにく トマト にんじん アスパラ きゅうり	緑 にんじん たまねぎ こまつな ほうれんそう しょうが にんにく だいこん ながねぎ ブロッコリー コーン
小 594kcal 中 731kcal	小 595kcal 中 705kcal	小 591kcal 中 750kcal	小 624kcal 中 772kcal	小 668kcal 中 817kcal
19日	20日	21日	22日	23日
<p>ごはん 五目味噌汁 いわしのみぞれ煮 カリカリサラダ</p>	<p>ナポリタン きんとんパイ 枝豆サラダ</p>	<p>ごはん どさんこ汁 とりのさっぱり煮 かぼちゃとチーズのサラダ</p>	<p>まるパン クリームシチュー カレーコロケ グリーンサラダ</p>	<p>チキンカレー キャベツのサラダ 果物(オレンジ)</p>
赤 牛乳 にぼし とうふ あぶらあげ いわし ハム みそ	赤 牛乳 にぼし ぶたにく	赤 牛乳 にぼし チーズ みそ とりにく ぶた ハム チーズ	赤 牛乳 にぼし 生クリーム とりにく	赤 牛乳 にぼし とりにく ハム ヨーグルト チーズ
黄 こめ さとう あぶら じゃがいも こま	黄 スパゲティ オリーブあぶら パイきじ あぶら さつまいも	黄 ごはん さとう パター	黄 パン あぶら パター じゃがいも パンこ あぶら	黄 こめ むぎ あぶら パター じゃがいも
緑 にんじん だいこん しいたけ たけのこ ふき ながねぎ キャベツ きゅうり コーン	緑 たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム トマト えだまめ もやし コーン	緑 しょうが じゃがいも にんじん たまねぎ ながねぎ コーン にんにく しょうが きゅうり かぼちゃ	緑 にんじん たまねぎ マッシュルーム	緑 しょうが にんにく たまねぎ オレンジ にんじん えだまめ トマト コーン だいこん なす きゃべつ きゅうり
小 602kcal 中 730kcal	小 623kcal 中 744kcal	小 647kcal 中 781kcal	小 689kcal 中 854kcal	小 659kcal 中 806kcal
26日	27日	28日	29日	30日
<p>ごはん たまご玉葱の味噌汁 さばの味噌煮 〇クリーミーサラダ ※クリーミーサラダはバターミルク味の ドレッシングを使用したサラダだよ</p>	<p>ぶっかけ冷やしうどん 揚げ餃子 マスケットゼリーミックス</p>	<p>ごはん いもと揚げの味噌汁 ブルコギ シーザーサラダ</p>	<p>あげパン ポトフ 豆腐ハンバーグ カラフルサラダ ※揚げパンはキッチンペーパーを使って 食べてね</p>	<p>鶏五目ごはん すまし汁 野菜コロケ おかか和え</p>
赤 牛乳 にぼし みそ ハム たまご あぶらあげ さば	赤 牛乳 にぼし いか わかめ とりにく ぶたにく かにかま	赤 牛乳 にぼし あぶらあげ ぶたにく みそ	赤 牛乳 にぼし ウインナー ハム とりにく とうふ	赤 牛乳 にぼし あぶらあげ ちくわ とりにく とうふ かにかま かつおぶし
黄 こめ	黄 うどん ぎょうざのかわ あぶら マスケットゼリー あげだま こま	黄 こめ じゃがいも さとう こま こまあぶら	黄 パン あぶら さとう じゃがいも パンこ	黄 こめ あぶら さとう じゃがいも ばんこ
緑 きゅうり キャベツ ブロッコリー コーン たまねぎ	緑 りんご みかん ようなし パイン きゅうり にんじん もやし	緑 にんじん キャベツ きゅうり コーン しめじ にんにく たけのこ ながねぎ えのき いら	緑 にんじん たまねぎ かぶ だいこん キャベツ きゅうり コーン にんじん	緑 しいたけ にんじん ごぼう えだまめ ながねぎ もやし かぼちゃ たまねぎ こまつな はくさい コーン
小 629kcal 中 793kcal	小 582kcal 中 704kcal	小 615kcal 中 758kcal	小 618kcal 中 732kcal	小 573kcal 中 700kcal

◎学校の行事やその他の都合で変更することがあります。◎冷蔵庫など見やすいところに貼ってください。

◎使用食材や献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。