

◎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		金											
				1日		2日		3日											
<p>6月4日~10日は</p> <p>歯と口の健康習慣</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> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <p>一口30回を目標によく 噛んで味わって食べよう!</p>  </div>																			
				<p>ごはん</p> <p>けんちん汁</p> <p>さばのどさんこみそ煮</p> <p>海藻サラダ</p>		<p>ロールパン</p> <p>わかめと野菜のスープ</p> <p>ミートボールのピザソースかけ</p> <p>春のサラダ</p>		<p>わかめごはん</p> <p>なめこと豆腐の味噌汁</p> <p>ほっけフライ</p> <p>ひじきとチーズのサラダ</p>											
赤	牛乳 にぼし とりにつく とうふ	赤	牛乳 にぼし わかめ かにかま	赤	牛乳 にぼし わかめ ぶたにく	赤	牛乳 にぼし わかめ みそ とうふ チーズ ハム ひじき	赤	牛乳 にぼし わかめ みそ とうふ チーズ ハム ひじき										
黄	こめ あぶら つきこんにやく	黄	こめ あぶら つきこんにやく	黄	パン バター あぶら	黄	パン バター あぶら	黄	こめ あぶら										
緑	にんじん だいこん しいたけ	緑	にんじん だいこん しいたけ	緑	にんじん ねぎ だけのこ こまつな しょうが たまねぎ マッシュルーム トマト アスパラ キャベツ コーン	緑	にんじん ねぎ だけのこ こまつな しょうが たまねぎ マッシュルーム トマト アスパラ キャベツ コーン	緑	なめこ ねぎ キャベツ										
小	579kcal	中	727kcal	小	617kcal	中	762kcal	小	590kcal	中	693kcal								
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		10日 カムカムメニュー											
<p>ごはん</p> <p>道産子汁</p> <p>さんまの生姜煮</p> <p>☆きんぴらごぼう</p>		<p>おやこ 親子うどん</p> <p>☆切り干し大根サラダ</p> <p>☆ナタデココポンチ</p>		<p>はつがげんまい 発芽玄米ごはん</p> <p>さつま汁</p> <p>豚のしょうが焼き</p> <p>☆しゃきしゃき和え</p>		<p>ごはん</p> <p>いもとわかめの味噌汁</p> <p>鮭フライ</p> <p>☆イカのサラダ</p> <p>ハッピーパン</p>		<p>野菜カレー</p> <p>☆ごぼうとツナのサラダ</p> <p>☆りんご</p>											
赤	牛乳 にぼし ぶたにく とうふ	赤	牛乳 にぼし とりにつく たまご ツナ みそ つと	赤	牛乳 ぶたにく さつまあげ みそ	赤	牛乳 にぼし わかめ とうふ みそ ほっけ いか	赤	牛乳 にぼし とりにつく ヨーグルト こなチーズ ツナ										
黄	こめ じゃがいも あぶら バター	黄	うどん ごま あぶら	黄	こめ はつがげんまい さつまいも ごま	黄	こめ じゃがいも マヨネーズ	黄	こめ むぎ あぶら										
緑	たまねぎ コーン	緑	にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ	緑	だいこん にんじん たまねぎ しょうが れんこん えだまめ コーン	緑	ねぎ キャベツ にんじん きゅうり あかピーマン パイン	緑	にんにく しょうが たまねぎ きゅうり にんじん かぼちゃ ピーマン えだまめ コーン トマト ごぼう りんご										
小	606kcal	中	719kcal	小	581kcal	中	717kcal	小	696kcal	中	834kcal	小	578kcal	中	698kcal	小	729kcal	中	890kcal
13日		14日		15日		16日		17日											
<p>ごはん</p> <p>えのきと揚げの味噌汁</p> <p>いわしのみぞれ煮</p> <p>小松菜のサラダ</p>		<p>コーンラーメン</p> <p>きんとんパイ</p> <p>大根のサラダ</p>		<p>ごはん</p> <p>肉ボールスープ</p> <p>焼売</p> <p>華風サラダ</p>		<p>チーズインハンバーガー</p> <p>ミネストローネ</p> <p>コールスローサラダ</p> <p>バナナ</p>		<p>カラフルそぼろ丼</p> <p>大根と揚げの味噌汁</p> <p>おかかマヨ和え</p>											
赤	牛乳 にぼし とうふ ハム	赤	牛乳 にぼし ぶたにく みそ つと	赤	牛乳 にぼし ぶたにく たまご くらげ ハム	赤	牛乳 にぼし ベーコン	赤	牛乳 にぼし とりにつく たまご あぶらあげ ちくわ みそ										
黄	こめ あぶら はるさめ	黄	ラーメン バター さつまいも	黄	こめ はるさめ あぶら しゅうまいのかわ	黄	パン じゃがいも あぶら マカロニ	黄	こめ マヨネーズ										
緑	えのきだけ ねぎ	緑	しょうが にんにく メンマ ねぎ	緑	しいたけ はくさい ほうれんそう	緑	たまねぎ にんじん パセリ トマト	緑	にんじん たまねぎ こまつな ねぎ ほうれんそう しょうが にんにく だいこん ブロッコリー コーン										
小	565kcal	中	670kcal	小	650kcal	中	758kcal	小	575kcal	中	692kcal	小	615kcal	中	728kcal	小	666kcal	中	814kcal
20日		21日		22日		23日		24日											
<p>ごはん</p> <p>卵と玉ねぎの味噌汁</p> <p>すき焼き風煮</p> <p>ブロッコリーサラダ</p>		<p>ナポリタン</p> <p>かぼちゃのチーズフライ</p> <p>枝豆サラダ</p>		<p>ごはん</p> <p>豆腐とわかめの味噌汁</p> <p>鶏肉とさつまいもの甘辛煮</p> <p>人参とツナのサラダ</p>		<p>まるパン</p> <p>ワンタンスープ</p> <p>札幌コロッケ</p> <p>温野菜サラダ</p> <p>アセロラゼリー</p>		<p>ハヤシカレー</p> <p>シーザーサラダ</p> <p>杏仁フルーツミックス</p>											
赤	牛乳 にぼし たまご あぶらあげ	赤	牛乳 にぼし ぶたにく チーズ	赤	牛乳 にぼし とうふ みそ	赤	牛乳 にぼし ぶたにく	赤	牛乳 にぼし とりにつく かにかま										
黄	こめ あぶら つきこんにやく	黄	スパゲティ あぶら	黄	こめ さつまいも あぶら ごま	黄	パン ワンタン コロッケのころも	黄	こめ バター じゃがいも あんにんとうふ										
緑	たまねぎ ねぎ にんじん	緑	たまねぎ にんじん ピーマン	緑	ねぎ たまねぎ しょうが	緑	たまねぎ にんじん しょうが	緑	しょうが にんにく たまねぎ にんじん グリンピース トマト										
小	571kcal	中	704kcal	小	623kcal	中	744kcal	小	660kcal	中	819kcal	小	650kcal	中	754kcal	小	696kcal	中	847kcal
27日		28日		29日		30日		<p>【4月に使用した野菜の主な産地】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・じゃがいも…ニセコ・人参…道内・大根…ニセコ・長ネギ…関東・生姜…高知・かぼちゃ…ニュージランド・さつまいも…茨城・きゅうり…関東・りんご…青森・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・水菜…道内・キャベツ…ニセコ・パセリ…愛知・ほうれん草…道内・レタス… 											
<p>ごはん</p> <p>いもと海苔の味噌汁</p> <p>焼肉カルビ風メンチカツ</p> <p>かにかまのピリ辛和え</p>		<p>ぶっかけ冷やしうどん</p> <p>揚げ餃子</p> <p>マスカットゼリーミックス</p>		<p>ごはん</p> <p>山菜汁</p> <p>鮭のマヨネーズ焼き</p> <p>ゆで野菜のゴマドレ和え</p>		<p>揚げパン</p> <p>ポトフ</p> <p>オムレツ</p> <p>カラフルサラダ</p>													
赤	牛乳 にぼし いわのり	赤	牛乳 にぼし わかめ かにかま	赤	牛乳 にぼし とりにつく あぶらあげ	赤	牛乳 にぼし ウィンナー												
黄	こめ じゃがいも ころも	黄	うどん ごま あげだま	黄	こめ マヨネーズ	黄	パン あぶら												
緑	ねぎ にんじん きゅうり	緑	きゅうり にんじん もやし	緑	ぶき わらび にんじん ごぼう	緑	にんじん たまねぎ かぶ だいこん												
小	584kcal	中	679kcal	小	577kcal	中	693kcal	小	631kcal	中	779kcal	小	586kcal	中	702kcal				

◎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。

◎献立を変更する場合等がありますので、ご了承願います。