

ぎゅうにゅう に ほ まいにち  
◎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	
食べ物のおもな3つのはたらき日		【1月に使用した野菜の主な産地】 ・じゃがいも…ニセコ・人参…ニセコ・大根…ニセコ・玉ねぎ…ニセコ・キャベツ…ニセコ・白菜…ニセコ・ごぼう…ニセコ・小松菜…関東・長ねぎ…茨城・にんにく…青森・りんご…余市・しいたけ…道内・しめじ…道内・ブロッコリー…道内・コーン…道内・チンゲンサイ…関東・パセリ…愛知・きゅうり…九州・さつまいも…ニセコ・生姜…四国・もやし…道内・水菜…関東・レタス…静岡・ピーマン…九州		1日ひなまつりメニュー					
				ちらし寿司 すまし汁 野菜入り玉子焼き おひたし お雛様ゼリー					
4日		5日		6日		7日		8日卒業祝い献立	
ごはん 大根と揚げの味噌汁 鮭フライ おかか和え ふりかけ		味噌ラーメン カリカリサラダ ニセコプリン (カスタード)		ごはん いもとのりの味噌汁 豚肉の生姜焼き チーズインサラダ 杏仁フルーツミックス		揚げパン コーンスープ チキン豆腐ハンバーグ 華風サラダ		ごはん かきたま汁 たいの照り焼き ブロッコリーのおかかマヨ和え お祝いケーキ	
赤 牛乳 にぼし さけ みそ あぶらあげ ちくわ		赤 牛乳 にぼし ぶたにく つと ハム みそ		赤 牛乳 にぼし ぶたにく みそ のり チーズ		赤 牛乳 にぼし とりにく くらげ とうふ ハム たまご なまクリーム		赤 牛乳 にぼし たまご たい とうふ ちくわ わかめ	
黄 こめ		黄 ラーメン あぶら じゃがいも プリン		黄 こめ じゃがいも ごま あんにんとうふ		黄 パン さとう あぶら はるさめ		黄 こめ マヨネーズ ケーキ (いちご)	
緑 だいこん にんじん ながねぎ ブロッコリー コーン キャベツ		緑 たけのこ もやし にんじん たまねぎ ながねぎ はくさい ちんげんさい コーン ピーマン にんにく しょうが キャベツ きゅうり		緑 ながねぎ しょうが たまねぎ きゅうり にんじん キャベツ りんご みかん パイン もも		緑 にんじん たまねぎ コーン パセリ きゅうり レタス		緑 しいたけ にんじん たまねぎ ながねぎ ブロッコリー コーン	
小 592kcal 中 724kcal		小 656kcal 高 783kcal		小 717kcal 中 875kcal		小 655kcal 中 785kcal		小 687kcal 中 851kcal	
11日		12日		13日		14日		15日	
ごはん えのきと揚げの味噌汁 ほっけフライのごま味噌がけ カラフルナムル		たぬきうどん 鶏の天ぷら コーンツナマヨサラダ		ごはん どさんこ汁 鮭のマヨネーズ焼き キャベツのサラダ		まるパン ミネストローネ チキンのチーズ焼き ゆで野菜の胡麻ドレ和え		ビーフカレー グリーンサラダ フルーツゼリーミックス	
赤 牛乳 にぼし とうふ みそ ほっけ かにかま あぶらあげ		赤 牛乳 にぼし とりにく つと まぐろみずじ		赤 牛乳 にぼし さけ ハム みそ ぶたにく とうふ チーズ		赤 牛乳 にぼし とりにく チーズ ベーコン		赤 牛乳 にぼし きゅうにく ヨーグルト	
黄 こめ ぶらわいのころも		黄 うどん さとう あげだま マヨネーズ あぶら		黄 こめ バター マヨネーズ じゃがいも		黄 パン ごま マカロニ		黄 こめ あぶら バター じゃがいも	
緑 えのき トマト こまつな ほうれんそう はくさい にんじん もやし コーン		緑 にんじん たまねぎ しいたけ こまつな ながねぎ キャベツ コーン		緑 たまねぎ にんじん ながねぎ キャベツ きゅうり コーン しょうが パセリ		緑 たまねぎ にんじん パセリ にんにく トマト ブロッコリー キャベツ ほうれんそう コーン		緑 しょうが にんにく たまねぎ もも にんじん えだまめ トマト だいこん パイン なす ブロッコリー きゅうり レタス みかん	
小 588kcal 中 722kcal		小 625kcal 中 736kcal		小 652kcal 中 810kcal		小 635kcal 中 764kcal		小 527kcal 中 644kcal	
18日		19日		20日		21日		22日	
ごはん 三平汁 チーズインハンバーグ れんこんさんぴら		海の幸塩ラーメン お好み焼き フルーツのヨーグルト和え		春分の日		ごはん たまごのスープ とんかつ ブロッコリーサラダ ココアムース		オムライス ポトフ 枝豆サラダ	
赤 牛乳 にぼし さけ ぶたにく とりくに チーズ さつまあげ		赤 牛乳 にぼし ぶたにく つと いか ほたて ヨーグルト				赤 牛乳 にぼし たまご ぶたにく チーズ		赤 牛乳 にぼし とりにく たまご ウインナー	
黄 こめ じゃがいも つきこんにやく ごま		黄 ラーメン こめこ				黄 こめ ココアムース あぶら とんかつのころも		黄 こめ あぶら バター じゃがいも	
緑 たまねぎ にんじん だいこん ながねぎ れんこん		緑 にんにく しょうが にんじん たまねぎ はくさい チンゲンサイ もやし パナナ もも パイン みかん パイン きゃべつ				緑 たまねぎ にんじん キャベツ コーン ブロッコリー こまつな		緑 たまねぎ にんじん グリンピース マッシュルーム トマト かぶ だいこん きゅうり キャベツ えだまめ コーン	
小 618kcal 中 763kcal		小 638kcal 中 776kcal				小 666kcal 中 815kcal		小 604kcal 中 752kcal	
25日		ご卒業・修了 おめでとうございます		たべものクイズ		今月のニセコ町産の食材			
ごはん いも団子汁 いわしのみぞれ煮 シーザーサラダ				①たら ②ふぐ ③ぶり					
赤 牛乳 にぼし いわし とうふ ハム チーズ						こめ たま じゃがいも たまねぎ ごぼ			
黄 こめ つきこんにやく いもだんご						とうふ こまつな だいこん キャベツ			
緑 にんじん ごぼう だいこん ながねぎ キャベツ きゅうり									
小中 なし 高 715kcal									

◎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。

☆魚は、骨に気を付けて食べましょう。

