

ぎゅうにゅう にぼ 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
【3月に使用した野菜等の主な産地】 ・じゃがいも…ニセコ・人参…茨城・大根…ニセコ・玉ねぎ…ニセコ・キャベツ…ニセコ・ブロッコリー…道内・きゅうり…九州・にんにく…青森・パセリ…愛知・しめじ…道内・さつまいも…ニセコ・なす…茨城・長ネギ…関東・ほうれんそう…関東・小松菜…ニセコ・青梗菜…関東・生姜…四国・ピーマン…宮崎・白菜…ニセコ・レタス…関東・なめこ…道内・えのき…道内・椎茸…道内・パナナ…フィリピン	食べ物の3つの働き まいろ みどりあか		1日 ロールパン コーンスープ ウインナーロール かにかまのピリ辛和え 赤牛乳 にぼし とりにく かにかま なまクリーム ウインナーロール 黄ロールパン バター あぶら ドレッシング 緑にんじん たまねぎ コーン パセリ きゅうり もやし 小652kcal 高805kcal	2日 とりごもく はん 鶏五目ご飯 わかめのすまし汁 つくね おかかあえ こどもの日ゼリー 赤牛乳 にぼし とりにく つくね わかめ とうふ ちくわ かつおぶし あぶらあげ 黄ごはん さとう ゼリー 緑しいたけ にんじん ごぼう えだまめ ねぎ こまつな はくさい コーン もやし 小565kcal 高659kcal
5 こどもの日 	6日 振替休日 	7日 ごはん だいこん あ みそしる 大根と揚げの味噌汁 さばのカレー煮 おひたし 赤牛乳 にぼし あぶらあげ みそ さばのカレーに ちくわ かつおぶし 黄ごはん 緑だいこん にんじん こまつな はくさい コーン もやし 小594kcal 高691kcal	8日 セルフ照り焼きバーガー ミネストローネ ツナマカロニサラダ 赤牛乳 にぼし とりにく ベーコン ツナ 黄パンズパン さとう あぶら じゃがいも マカロニ マヨネーズ 緑たまねぎ にんじん パセリ にんにく トマト キャベツ きゅうり 小570kcal 高724kcal	9日 ハヤシカレー キャベツのサラダ バナナ 赤牛乳 にぼし とりにく ハム 黄むぎごはん バター あぶら じゃがいも ドレッシング 緑しょうが にんにく たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ きゅうり コーン パナナ 小706kcal 高876kcal
12日 ごはん さつま汁 あじの磯辺カツ スパゲティサラダ 	13日 みそ 味噌ラーメン しょうまい 焼売 (2個) ごぼうとツナのサラダ 	14日 ごはん にく 肉ボールスープ チーズはんぺんフライ か ふう 華風サラダ 	15日 しゃく 食パン クリームスープ チキンのハーブ焼き おんやさい 温野菜サラダ ジャム 赤牛乳 にぼし ベーコン とりにく 黄しゃくパン じゃがいも バター あぶら さつまいも ドレッシング ごま ジャム (ブルーベリー) 緑たまねぎ にんじん コーン パセリ グリンピース バジル ブロッコリー かぼちゃ 小658kcal 高837kcal	16日 いちどり どん 彩そぼろ丼 だいこん 大根となめこの味噌汁 はるま 春巻き ぶどうゼリー 赤牛乳 にぼし とりにく たまご とうふ みそ 黄ごはん さとう はるまきのかわ あぶら ゼリー (ぶどう) 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 なめこ ねぎ 小644kcal 高803kcal
赤牛乳 にぼし みそ あぶらあげ さつまあげ かつおぶし あじ ツナ 黄ごはん さつまいも スパゲッティ あぶら マヨネーズ フライのころも 緑だいこん にんじん たまねぎ ねぎ キャベツ きゅうり 小613kcal 高727kcal	赤牛乳 にぼし ぶたにく シューマイ ツナ 黄ラーメン ごまあぶら ごま マヨネーズ 緑たけのこ もやし にんじん たまねぎ ねぎ はくさい チンゲンサイ ピーマン にんにく しょうが ごぼう きゅうり コーン 小650kcal 高827kcal	赤牛乳 にぼし ぶたにく たまご チーズはんぺん ハム くらげ 黄ごはん かたくりこ はるさめ あぶら さとう ごまあぶら フライのころも 緑しいたけ はくさい ほうれんそう きゅうり レタス 小623kcal 高770kcal	赤牛乳 にぼし ベーコン とりにく 黄しゃくパン じゃがいも バター あぶら さつまいも ドレッシング ごま ジャム (ブルーベリー) 緑たまねぎ にんじん コーン パセリ グリンピース バジル ブロッコリー かぼちゃ 小658kcal 高837kcal	赤牛乳 にぼし とりにく たまご とうふ みそ 黄ごはん さとう はるまきのかわ あぶら ゼリー (ぶどう) 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 なめこ ねぎ 小644kcal 高803kcal
19日 ごはん わかたけ みそしる 若竹の味噌汁 いわしのみぞれ煮 れんこんきんぴら さけふりかけ 	20日 おやこ 親子うどん コーンコロッケ くらげのサラダ 	21日 ごはん どさんこ汁 ぶたにく しょうがや 豚肉の生姜焼き えだまめわふう 枝豆和風サラダ 	22日 セルフチキンかつバーガー ポトフ シーザーサラダ 	23日 チキンカレー コールスローサラダ フルーツゼリーミックス
赤牛乳 にぼし みそ わかめ とうふ いわしのみぞれに さつまあげ さけふりかけ 黄ごはん ごまあぶら さとう ごま 緑たけのこ れんこん にんじん つきこんにゃく 小562kcal 高691kcal	赤牛乳 にぼし とりにく たまご くらげ 黄うどん さとう コロッケのころも あぶら ドレッシング 緑にんじん たまねぎ しいたけ こまつな ねぎ キャベツ きゅうり もやし 小591kcal 高818kcal	赤牛乳 にぼし みそ ぶたにく とうふ ひじき 黄ごはん じゃがいも バター あぶら さとう ごま ドレッシング 緑しょうが にんじん たまねぎ ねぎ コーン えだまめ もやし 小628kcal 高764kcal	赤牛乳 にぼし ウインナー とりにく ハム 黄パンズパン じゃがいも あぶら ドレッシング 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 小607kcal 高803kcal	赤牛乳 にぼし とりにく ヨーグルト こなチーズ かにかま 黄むぎごはん じゃがいも あぶら バター ドレッシング ゼリー (マスカット) 緑しょうが にんにく たまねぎ にんじん えだまめ だいこん なす キャベツ きゅうり パイン みかん 小663kcal 高825kcal
26日 ごはん いもと揚げの味噌汁 さけ 鮭フライ かいそう 海藻サラダ 	27日 トマトクリームスパゲティ スイートポテトコロッケ ゆで野菜のゴマドレ和え 	28日 ごはん えのきと揚げの味噌汁 すき焼き風煮 おかかマヨ和え うんしゅう 温州みかんゼリー 	29日 まるパン オニオンスープ かぼちゃグラタン ブロッコリーサラダ 	30日 わかめご飯 ぶたにく 豚汁 ほっけの塩こうじ焼き はる 春のサラダ
赤牛乳 にぼし みそ あぶらあげ さけ わかめ かにかま 黄ごはん じゃがいも フライのころも あぶら ドレッシング 緑しめじ にんじん きゅうり キャベツ 小556kcal 高657kcal	赤牛乳 にぼし ベーコン なまクリーム 黄スパゲッティ バター あぶら コロッケのころも ごま ドレッシング 緑たまねぎ しめじ ほうれんそう トマト パセリ ブロッコリー にんじん キャベツ コーン 小662kcal 高820kcal	赤牛乳 にぼし みそ あぶらあげ ぶたにく とうふ ちくわ かつおぶし 黄ごはん やきふ あぶら さとう マヨネーズ ゼリー (みかん) 緑えのき にんじん はくさい ねぎ つきこんにゃく ブロッコリー コーン 小660kcal 高816kcal	赤牛乳 にぼし ウインナー グラタン 黄パンズパン ごま ドレッシング 緑たまねぎ にんじん パセリ コーン かぼちゃ ブロッコリー 小566kcal 高705kcal	赤牛乳 にぼし わかめ みそ ぶたにく とうふ ほっけのしおこうじやき ハム 黄ごはん じゃがいも マヨネーズ あぶら 緑たまねぎ にんじん だいこん ねぎ つきこんにゃく ごぼう しょうが アスパラ キャベツ コーン 小675kcal 高827kcal

◎学校の行事やその他の都合で変更することがあります。

今月使用予定のニセコ産食材

◎冷蔵庫など見やすいところに貼ってください。

◎仕入れ状況により、使用している野菜が変更になる場合があります。

☆魚は、骨に気を付けて食べましょう。

