

月	火	水	木	金
1 ピビンバ(ご飯) 豚挽肉・メンマ・豆腐・長葱・人参 ほうれん草・もやし・生姜・にんにく・米油 ごま油・豆板醤・とうがらし・ごま 牛乳 わかめスープ わかめ・うずら卵・長葱・玉葱 ショールパン 豚肉・玉葱・きゃべつ・たけのこ 春雨・椎茸・生姜・小麦粉・でん粉 626/25.9	2 ごまパン・牛乳 スウェーデン風スープ ベーコン・じゃが芋・かぶ・人参・小松菜・にんにく 鶏肉のトマトソースがけ 鶏肉・玉葱・トマト缶・にんにく 小麦粉・バター・米油・オリーブ油 かみかみサラダ ごぼう・大根・胡瓜・人参 玉葱・ツナ・コーン・マヨネーズ 663/27.2	3 ふわふわキーマカレー(麦ご飯) 豆腐・大豆・豚挽肉・玉葱・ソテーオニオン 人参・青ピーマン・生姜・カレーウ(りんご・卵) 米油・スキムミルク・粉チーズ・にんにく 牛乳 ひとつちアメリカドック 小麦粉・パン粉(卵なし)・でん粉 魚肉すり身・ベーキングパウダー・菜種油 ほうれん草のナムル ほうれん草・白菜・人参・ごま・とうがらし 760/28.3	4 あんかけ焼きそば・牛乳 油めん・豚肉・いか・あさり・えび・白菜 もやし・人参・チンゲン菜・でん粉・ごま油 チキンナゲット 鶏肉・おから・でん粉・小麦粉 パン粉(卵なし)・菜種油 サウザンサラダ きゃべつ・青ピーマン・コーン サウザンドレッシング(卵黄入り) スティックチーズ 生乳 743/36.7	5 ご飯・牛乳 酸辣湯 鶏肉・卵・玉葱・人参・干椎茸 長葱・米油・豆板醤・でん粉 味噌だれ肉団子 鶏肉・豚肉・玉葱・パン粉(卵なし) でん粉・りんご・ごま・ごま油 中華風ひじきの炒め煮 ひじき・人参・えのき草・竹輪・とうがらし・ごま油 627/24.9
8  体育の日 たいいく ひ 626/25.9	9 コッペパン・牛乳 ミネストローネ 豚肉・きゃべつ・玉葱・人参 さやいんげん・トマト缶・スパゲティ 鶏肉のハーフマヨネーズ焼き 鶏肉・パセリ・パプリカ パン粉(卵なし)・マヨネーズ シャキシャキサラダ 大根・胡瓜・人参・コーン・ごま・ごま油 564/27.6	10 ご飯・牛乳 春雨入りマーボー豆腐 豚挽肉・豆腐・春雨・玉葱・人参 長葱・にら・干椎茸・生姜・にんにく 豆板醤・でん粉・ごま油 小松菜の南蛮漬け 小松菜・もやし・人参 ごま・ごま油・とうがらし りんご(代替～セリー) 619/25.6	11 ミートソースパグティ スパゲティ・豚挽肉・玉葱・人参 グリーンピース・トマト缶・粉チーズ・バター 米油・ハヤシルウ(バナナ・りんご) 牛乳 揚げパン 小麦粉・卵・マーガリン 小麦胚芽・ライ麦粉・菜種油 ポパイサラダ ほうれん草・きゃべつ・人参・大根 竹輪・チーズ・和風ドレッシング 713/28.5	12  石教 研 せき きょう けん 627/24.9
15 ご飯・牛乳 ワンタンスープ ワンタン・豚肉・干椎茸・ほうれん草 人参・長葱・生姜・にんにく・米油 たまご 玉葱・人参・ツナ・パン粉・マヨネーズ マーガリン・小麦粉・でん粉・菜種油 大豆サラダ 大豆・ごぼう・人参・きゃべつ・コーン コールスロートレッシング(レモン・卵黄入り) 647/19.4	16 かぼちゃパン・牛乳 野菜と魚介のスープ ホタテ・ベーコン・きゃべつ・玉葱・人参 デミグラスソースハンバーグ 鶏肉・豚肉・玉葱 マッシュポテト・しめじ・りんご ハヤシルウ(バナナ・りんご) じゃが芋のバター煮 じゃが芋・バター・パセリ 604/29.4	17 ご飯 牛乳 かき玉汁 卵・人参・白菜・にら・干椎茸 ホキの味噌マヨネーズ焼き ホキ・マヨネーズ・すりごま 大根のそぼろ煮 豚挽肉・大根・玉葱・人参・グリーンピース 米油・かつお節・でん粉 614/25.4	18 けんちん風うどん・牛乳 うどん・鶏肉・ほうれん草・長葱 人参・ごぼう・つと・油揚げ 干椎茸・でん粉・ごま油 たこ焼き たこ・卵・きゃべつ・長葱・紅生姜 小麦粉・でん粉・菜種油 コーンサラダ コーン・もやし・白菜・中華ドレッシング 511/20.4	19 ハヤシルウ(麦ご飯)・牛乳 豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・グリーンピース 生姜・にんにく・バター・スキムミルク 粉チーズ・ハヤシルウ・アップルピューレ チャツネ(メロン・りんご・レーズン) 元気サラダ 刻み昆布・きゃべつ・胡瓜・人参 コーン・ハム・かつお節・米油 梨(代替～セリー) なし だいたい 734/25.5
22 ご飯・牛乳 きのこ汁 なめこ・舞茸・えのき草 豆腐・長葱・油揚げ 鶏肉の照り焼き 鶏肉・でん粉 野菜炒め 豚肉・きゃべつ・青ピーマン 人参・米油 639/29.2	23 ソフトフランス・牛乳 しいたけチャウダー 豚肉・生椎茸・玉葱・人参・きゃべつ コーン・バター・牛乳・小麦粉 ケチャップあん肉団子 鶏肉・豚肉・玉葱・でん粉 パン粉(卵なし)・バーム油 グリーンサラダ 白菜・胡瓜・えだ豆 焙煎ごまドレッシング(卵黄入り) 564/24.2	24 ご飯・牛乳 中華スープ わかめ・卵・干椎茸・長葱 豆板醤・ごま油・ごま 豚キムチ 豚肉・きゃべつ・キムチ(キャベツ)・大根 りんご・長葱・オキアミ・もやし・人参 生姜・にんにく・コチュジャン・米油 柿(代替～セリー) かき だいたい 539/20.6	25 野菜ラーメン(塩) ラーメン・豚肉・つと・メンマ・白菜 もやし・長葱・人参・わかめ 牛乳 やわらかチキンカツ 鶏肉・小麦粉 パン粉(卵なし)・菜種油 サラダ きゃべつ・胡瓜・パイン缶・米油 592/23.7	26 ご飯・牛乳 根菜のごま汁 大根・人参・じゃが芋・ごぼう 長葱・油揚げ・すりごま 豚肉の生姜焼き風 豚肉・玉葱・生姜・米油 はりはり漬け 切干し大根・胡瓜・人参 ごま油・ごま 657/27.3
29 ご飯・牛乳 味噌汁 じゃが芋・玉葱・大根 油揚げ・長葱・わかめ 鮭の南部焼き 鮭・ごま 変わりきんぴら 豚肉・大根・人参・しらたき 五目揚げ・ごま油 646/28.4	30 コッペパン・牛乳 野菜スープ ベーコン・じゃが芋・人参・玉葱・白菜 コーンフレーク揚げ 鶏肉・卵・小麦粉 コーンフレーク・菜種油 ツナとほうれん草のサラダ ほうれん草・きゃべつ ツナ・はちみつドレッシング 584/26.6	31 ソースメンツカツ丼(ご飯) メンツカツ(きゃべつ・鶏肉・豚肉・玉葱 パン粉(卵なし))・きゃべつ・菜種油 牛乳 ゆとりっちいも団子汁 いも団子(じゃが芋・でん粉) 白菜・大根・人参 ニラともやしのごま和え にら・もやし・すりごま・ごま油 718/19.5	<p>★ 今月の当別産食材</p>  <p>ごはん (ななつぼし) もやし ベーコン ぶたにく (浅野農場さん) らいおんしいたけ (原木栽培) (文化舎) じゃがいも (大塚農場さん) きゃべつ (JA北いしかり)</p>	

☆献立のしたの数字は小学校中学年のエネルギー/たんぱく質の量です
 ☆都合により献立の一部が変更する場合があります
 ☆お子さんが楽しく食べた給食です 給食費は忘れず必ず納めましょう

◆お知らせ◆
 卵・ナッツ類が含まれているものに関しては、
 材料の欄に記載しています。