

令和5年9月 学校給食予定献立表(中学校) 牛乳は、毎日つきま

月	火	水	木	金
<p>今月の当別産食材</p> <p>もやし (JA北いしかり) ぶたにく (浅野農場さん) ごはん (ななつぼし)</p> <p>かぼちゃ (JA北いしかり) とうもろこし 大豆 (つじの蔵)</p>				<p>1</p> <p>ご飯</p> <p>豆腐のスープ</p> <p>豆腐・小松菜・人参・しめじ・長葱・ごま油</p> <p>ショロンポー</p> <p>豚肉・きゃべつ・春雨</p> <p>椎茸・玉葱・筍・生姜</p> <p>豚キムチ</p> <p>豚肉・きゃべつキムチ(きゃべつ・大根・長葱・りんご・オキアミ・にんにく・生姜)</p> <p>もやし・にら・生姜・にんにく・ごま油</p> <p>746/27.2/22.4/3.5</p>
<p>4</p> <p>ご飯</p> <p>さつま汁</p> <p>鶏肉・豆腐・さつま芋・大根・人参・長葱</p> <p>鮭チーズカツ</p> <p>鮭・チーズ・玉葱</p> <p>パン粉(卵なし)・菜種油</p> <p>マーボーナス</p> <p>豚挽肉・茄子・玉葱・人参・長葱</p> <p>生姜・にんにく・ごま油・でん粉</p> <p>911/31.9/28.8/3.7</p>	<p>5</p> <p>がたんは、芦別町のご当地料理です。</p>	<p>6</p> <p>がたん(ご飯)</p> <p>豚肉・卵・白菜</p> <p>人参・長葱・ふき</p> <p>かまぼこ・でん粉</p> <p>たれ付きミートボール</p> <p>鶏肉・豚肉・玉葱</p> <p>パン粉(卵なし)・生姜</p> <p>こらともやしのごま和え</p> <p>にら・もやし・ごま油・すりごま</p> <p>806/34.9/25.5/3.2</p>	<p>7</p> <p>スパゲティボリタソース</p> <p>スパゲティ・豚肉・玉葱・人参・茄子</p> <p>青ピーマン・しめじ・トマト缶・バター</p> <p>粉チーズ・パヤシルウ(バナナ・りんご)</p> <p>揚げパン</p> <p>胚芽ロール(卵)・菜種油</p> <p>シャキシャキサラダ</p> <p>ごぼう・大根・胡瓜・人参・コーン</p> <p>サウンドレッシング(卵黄入り)・ごま</p> <p>802/27.1/27.4/5.4</p>	<p>8</p> <p>ご飯</p> <p>味噌けんちん汁</p> <p>大根・人参・長葱・ごぼう・こんにやく</p> <p>油揚げ・ごま油・でん粉</p> <p>牛肉コロッケ</p> <p>じゃが芋・玉葱・牛肉</p> <p>パン粉(卵なし)・菜種油</p> <p>豚しゃぶサラダ</p> <p>豚肉・きゃべつ・人参・中華ドレッシング</p> <p>焙煎胡麻ドレッシング(卵黄入り)</p> <p>809/25.3/25.1/3.3</p>
<p>11</p> <p>ご飯</p> <p>たっぷり野菜の和風スープ</p> <p>鶏肉・じゃが芋・小松菜</p> <p>大根・えのき茸・人参</p> <p>マグロカツ</p> <p>まぐろ・玉葱・生姜・パン粉(卵なし)・菜種油</p> <p>おかかサラダ</p> <p>きゃべつ・人参・胡瓜</p> <p>かつお節・ごま油・ごま</p> <p>774/29.3/20.2/2.7</p>	<p>12</p> <p>バターパン</p> <p>ABCスープ</p> <p>マカロニ・豚肉・きゃべつ</p> <p>玉葱・人参・にんにく</p> <p>ほきのラウトウイソース</p> <p>ほき・玉葱・スッキニー・青ピーマン</p> <p>トマト缶・にんにく・バター・小麦粉</p> <p>かぼちゃサラダ</p> <p>南瓜・玉葱・胡瓜・チーズ・マヨネーズ</p> <p>818/33.5/36.7/4.4</p>	<p>13</p> <p>ご飯</p> <p>わかめスープ</p> <p>わかめ・卵・もやし</p> <p>長葱・人参・ごま</p> <p>プルコギ</p> <p>豚肉・白菜・玉葱・にら</p> <p>人参・しめじ・にんにく・胡麻油</p> <p>とうもろこし</p> <p>722/26/16.8/3.5</p>	<p>14</p> <p>焼うどん</p> <p>うどん・豚肉・竹輪・玉葱・きゃべつ</p> <p>もやし・人参・しめじ</p> <p>春巻</p> <p>きゃべつ・筍・鶏肉・春雨・生姜</p> <p>にんにく・脱脂粉乳・菜種油</p> <p>大豆サラダ</p> <p>大豆・胡瓜・コーン・ツナ・和風ドレッシング</p> <p>もちクリームアイス</p> <p>乳製品・もち米粉・全粉乳・脱脂粉乳</p> <p>820/29.2/33.9/3.4</p>	<p>15</p> <p>ポークカレー(麦ご飯)</p> <p>豚肉・じゃが芋・玉葱・人参</p> <p>ソテーオニオン・バター・にんにく</p> <p>牛乳・カレーウ(りんご・卵)</p> <p>チャツネ(メロ・りんご・レーズン)</p> <p>コールスローサラダ</p> <p>きゃべつ・胡瓜・青ピーマン・コーン</p> <p>コールスロドレッシング(卵黄入り)</p> <p>梨(代替～ゼリー)</p> <p>887/27.8/25.6/2.7</p>
<p>18</p> <p>敬老の日</p>	<p>19</p> <p>マンチカツバーガー</p> <p>コッパパン</p> <p>キャベツソースのマンチカツ(鶏肉・豚肉・玉葱)</p> <p>パン粉(卵なし)・きゃべつ・菜種油)</p> <p>スウェーデン風スープ</p> <p>ウインナー・じゃが芋・人参・かぶ</p> <p>ほうれん草・にんにく</p> <p>えだまめサラダ</p> <p>えだまめ・白菜・人参・コーン</p> <p>チーズ・和風ドレッシング</p> <p>699/27.4/29.2/4.7</p>	<p>20</p> <p>ご飯</p> <p>きのこ汁</p> <p>えのき茸・干椎茸・しめじ</p> <p>長葱・豆腐・油揚げ</p> <p>ごまザンギ</p> <p>鶏肉・生姜・でん粉・ごま・菜種油</p> <p>じゃがいもきんぴら</p> <p>豚肉・じゃが芋・人参</p> <p>青ピーマン・ごま油・とうがらし</p> <p>864/39/23/3.7</p>	<p>21</p> <p>バターコーンラーメン(塩)</p> <p>ラーメン・豚肉・つと・白菜・玉葱</p> <p>もやし・長葱・コーン・人参</p> <p>メンマ・わかめ・バター</p> <p>チキンナゲット</p> <p>鶏肉・菜種油</p> <p>ツナと小松菜のサラダ</p> <p>小松菜・きゃべつ・人参・ツナ</p> <p>焙煎胡麻ドレッシング(卵黄入り)</p> <p>783/32./30.7/6.2</p>	<p>22</p> <p>鮭菜めし</p> <p>鮭・大根菜</p> <p>汁</p> <p>白菜・人参・大根・長葱・油揚げ・大豆</p> <p>豚肉の生姜焼き</p> <p>豚肉・生姜・玉葱</p> <p>かぼちゃのそぼろに</p> <p>南瓜・鶏挽肉・グリーンピース・でん粉</p> <p>はちみつレモンゼリー</p> <p>水あめ・レモン果汁</p> <p>828/34.4/16.3/5</p>
<p>25</p> <p>ご飯</p> <p>どさんこ汁</p> <p>じゃが芋・玉葱・きゃべつ・生姜</p> <p>にんにく・バター・ごま油・とうがらし</p> <p>あじフライ</p> <p>あじ・パン粉(卵なし)・菜種油</p> <p>人参しりしり</p> <p>人参・卵・ツナ</p> <p>826/30.9/25.6/3.1</p>	<p>26</p> <p>コッパパン</p> <p>ベジタブルシチュー</p> <p>南瓜・玉葱・きゃべつ・人参</p> <p>えだまめ・コーン・牛乳・バター</p> <p>鶏肉のハーブマヨネーズ焼き</p> <p>鶏肉・パン粉(卵なし)</p> <p>マヨネーズ・パセリ</p> <p>スパゲティサラダ</p> <p>スパゲティ・玉葱・胡瓜</p> <p>人参・和風ドレッシング</p> <p>863/40.6/31.1/3.6</p>	<p>27</p> <p>ご飯</p> <p>真だくさん味噌汁</p> <p>大根・人参・ごぼう・白菜・しめじ</p> <p>ひりょうず揚げ</p> <p>焼き豆腐・人参・卵・えだまめ</p> <p>干椎茸・でん粉・小麦粉・菜種油</p> <p>中華風ひじきの炒め煮</p> <p>ひじき・人参・干椎茸・竹輪</p> <p>ごま油・とうがらし</p> <p>765/24.3/21.7/4.1</p>	<p>28</p> <p>お月見給食</p> <p>カレーうどん</p> <p>うどん・豚挽肉・大豆ミート</p> <p>玉葱・長葱・人参</p> <p>つと・干椎茸・でん粉</p> <p>チーズはんぺんフライ</p> <p>魚肉すり身・チーズ・卵白</p> <p>パン粉(卵なし)・菜種油</p> <p>きな粉団子</p> <p>白玉餅・きな粉</p> <p>820/26.3/23.8/4.9</p>	<p>29</p> <p>ご飯</p> <p>鶏肉と野菜のうま煮</p> <p>鶏肉・大根・人参・じゃが芋</p> <p>こんにやく・油揚げ</p> <p>豆腐の肉味噌かけ</p> <p>焼き豆腐・豚挽肉・玉葱・人参</p> <p>小麦粉・でん粉・菜種油</p> <p>梨(代替～ゼリー)</p> <p>822/30.1/22.9/2.3</p>

☆献立の下の数字は中学生のエネルギー/たんぱく質/脂質/塩分の量です
 ☆都合により献立の一部が変更する場合があります
 ☆魚には骨がある場合があります おはしで確認して食べましょう
 ☆今月の給食費口座振替日は、10月2日(月)です!
 給食費を忘れずに! 指定口座の残高確認をお願いします!
 指定口座がわからない場合は、給食センターまでお問合せください

◆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
 ○この献立表には、加工品と調味料の一部に含まれるアレルギー物質について表示されていません。詳しくは給食センターまでお問合せください