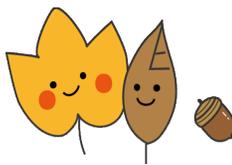


令和6年10月

# 学校給食予定献立表(中学校)

牛乳は、毎日つきます 

月	火	水	木	金
<p>1</p> <p>こんげつ どうべつさん しょくざい <b>今月の当別産食材</b></p>  <p>大豆 豆乳 (つじの蔵)</p> <p>ベーコン ぶたにく (浅野農場さん)</p>	<p>1</p> <p><b>コッパパン</b></p> <p>チキンクリームシチュー 鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・しめじ バター・スキムミルク・牛乳</p> <p>ケチャップ肉団子 鶏肉・豚肉・玉葱・生姜・パン粉(卵なし)</p> <p>イタリアンサラダ きゃべつ・コーン・胡瓜・人参 イタリアンドレッシング</p> <p>812/37.7/26.6/3.8</p>	<p>2</p> <p>にく どん <b>肉そぼろ丼(ご飯)</b> 鶏挽肉・しらたき・ごぼう・人参 ひじき・干椎茸・生姜・ごま</p> <p>あぶらあ みそしる <b>もやしと油揚げの味噌汁</b> もやし・油揚げ 人参・長葱</p> <p>きゅうり ちゅうかあ <b>くらげと胡瓜の中華和え</b> 胡瓜・中華くらげ 人参・ごま油</p> <p>721/28.0/18.8/3.2</p>	<p>3</p> <p><b>スパゲティホリタン</b> スパゲティ・豚肉・玉葱・人参・茄子 青ピーマン・しめじ・トマト缶 ハヤシルウ(バナナ・りんご)・粉チーズ</p> <p>じゃがいもガーリック炒め じゃが芋・豚肉 バター・にんにく</p> <p>なし だいたい <b>梨(代替～ゼリー)</b></p> <p>776/28.4/22.2/5.3</p>	<p>4</p> <p><b>ご飯</b></p> <p>もずくスープ もずく・つと・小松菜 長葱・人参</p> <p>ヤンニョムチキン 鶏肉・生姜・にんにく でん粉・ごま・菜種油</p> <p>チャブチ 豚肉・春雨・人参・長葱 干椎茸・ごま油</p> <p>818/36.8/20.5/3.8</p>
<p>7</p> <p>きゅうしよく <b>給食はありません</b></p>	<p>8</p> <p>こくとう <b>黒糖パン</b></p> <p>コーンポタージュ コーン・コーンペースト・玉葱 バター・スキムミルク・牛乳</p> <p>とりにく や <b>鶏肉のハーブ焼き</b> 鶏肉</p> <p>ペンネホロネーゼ ペンネ・豚挽肉・玉葱 青ピーマン・人参</p> <p>857/44.2/25.3/3.5</p>	<p>9</p> <p><b>ご飯</b></p> <p>まいたけ じる <b>舞茸のすまし汁</b> 豆腐・舞茸・小松菜・長葱</p> <p>さば みそ <b>鯖の味噌だれ</b> 鯖・でん粉</p> <p>おひたし 白菜・もやし 人参・かつお節</p> <p>716/32.0/19.5/3.2</p>	<p>10</p> <p>やさしいしょうゆ <b>野菜醤油ラーメン</b> ラーメン・豚肉・もやし・白菜・玉葱・人参 長葱・荳わかめ・生姜・にんにく</p> <p>はるまき <b>春巻</b> きゃべつ・筍・鶏肉・春雨・生姜 にんにく・スキムミルク・菜種油</p> <p>きりぼしだいこん <b>切干大根のナムル</b> 切干大根・ほうれん草 人参・ごま油・ごま</p> <p>783/29.4/29.2/5.8</p>	<p>11</p> <p><b>ポークカレー(ご飯)</b> 豚肉・玉葱・じゃが芋・人参 バター・カレールー・牛乳 生姜・にんにく</p> <p>かいそう <b>海藻サラダ</b> わかめ・荳わかめ・昆布 きゃべつ・人参・胡瓜・コーン</p> <p>りんご(代替～ゼリー)</p> <p>813/23.9/21.3/3.6</p>
<p>14</p> <p><b>スポーツの日</b></p>	<p>15</p> <p>ソフトフランス</p> <p>ポークブラウンシチュー 豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・エリンギ いんげん・生姜・にんにく</p> <p>チキンナゲット 鶏肉・菜種油</p> <p>コールスローサラダ きゃべつ・胡瓜・青ピーマン コーン・マヨネーズ</p> <p>820/33.3/32.2/3.9</p>	<p>16</p> <p><b>ご飯</b></p> <p>ごまきむち汁 大根・白菜・人参・ごぼう・長葱・豆腐 白菜キムチ(白菜・玉葱・ごま・大根・にら・人参 昆布・にんにく・りんご)・すりごま・練りごま</p> <p>ぶた <b>豚ジギスカン</b> 豚肉・玉葱・じゃが芋・もやし・青ピーマン りんご・生姜・にんにく</p> <p>かき だいたい <b>柿(代替～ゼリー)</b></p> <p>722/29.9/14.4/3.1</p>	<p>17</p> <p>ごもく <b>五目うどん</b> うどん・豚肉・油揚げ・竹輪・乾燥豆腐 干椎茸・小松菜・人参・長葱</p> <p>みたらしいもち いもち・菜種油・でん粉</p> <p>きゃべつのごま味噌サラダ きゃべつ・もやし・青ピーマン 人参・練りごま・ごま油</p> <p>ヨーグルトレーズン(中のみ) レーズン・粉乳</p> <p>723/26.9/25.7/4.8</p>	<p>18</p> 
<p>21</p> <p>おやこどん <b>親子丼(ご飯)</b> 鶏肉・卵・干椎茸 玉葱・人参・長葱</p> <p>かぼちやの味噌汁 南瓜・油揚げ・大根 人参・長葱</p> <p>さんしよくあ <b>三色和え</b> 小松菜・もやし 人参・ごま油</p> <p>731/28.5/18.5/3.0</p>	<p>22</p> <p>コッパパン</p> <p>さつま芋のクリームシチュー 豚肉・さつま芋・玉葱 人参・バター・牛乳</p> <p>オニオンソースハンバーグ 鶏肉・豚肉・にんにく 生姜・玉葱・バター</p> <p>コーンソテー コーン・ベーコン・玉葱・人参 青ピーマン・バター</p> <p>883/33.4/32.5/4.1</p>	<p>23</p> <p><b>ご飯</b></p> <p>ぶた じる <b>豚汁</b> 豚肉・豆腐・じゃが芋・大根 玉葱・人参・長葱 ごぼう・こんにやく</p> <p><b>ガリパチキン</b> 鶏肉・きゃべつ・玉葱・人参・にんにく・バター</p> <p>だいたい <b>りんご(代替～ゼリー)</b></p> <p>777/32.2/20.6/2.5</p>	<p>24</p> <p>やさしいお <b>野菜塩ラーメン</b> ラーメン・豚肉・もやし・白菜・玉葱・長葱 人参・荳わかめ・生姜・にんにく</p> <p>ごまつ だんご <b>胡麻付き団子</b> もち米粉・白玉粉・ごま 小豆・菜種油</p> <p>おかかサラダ きゃべつ・大根・人参 胡瓜・かつお節</p> <p>840/28.7/28.9/5.4</p>	<p>25</p> <p><b>ご飯</b></p> <p>く みそしる <b>具だくさん味噌汁</b> 豆腐・大根・人参・長葱・ごぼう こんにやく・ごま油</p> <p>さば しおや <b>鯖の塩焼き</b> 鯖</p> <p>きりぼしだいこん にも <b>切干大根の煮物</b> 切干大根・人参 油揚げ</p> <p>754/30.8/21.1/2.9</p>
<p>28</p> <p><b>ご飯</b></p> <p>けんちん汁 豆腐・大根・人参・長葱・ごぼう こんにやく・ごま油・でん粉</p> <p>とりにく しょうがや <b>鶏肉の生姜焼き</b> 鶏肉・生姜・でん粉</p> <p>だいず ごもくに <b>大豆の五目煮</b> ひじき・大豆・人参 油揚げ・竹輪</p> <p>733/38.7/16.2/3.4</p>	<p>29</p> <p>せわ <b>背割りコッパパン</b></p> <p>すい <b>水キョーザスープ</b> 水餃子(きゃべつ・豚肉・鶏肉・長葱 生姜)・白菜・長葱・人参・干椎茸</p> <p>しろはなまめ <b>白花豆コロッケ</b> 白花豆・じゃが芋・パン粉(卵なし)・菜種油</p> <p>や <b>焼きそば</b> 蒸めん(卵白)・豚肉・きゃべつ 玉葱・人参・青ピーマン</p> <p>826/32.4/27.1/5.6</p>	<p>30</p> <p><b>ご飯</b></p> <p>しせんどうふ <b>四川豆腐</b> 豆腐・豚肉・長葱・筍・人参 干椎茸・生姜・にんにく・でん粉</p> <p><b>ハンサンスー</b> マロニー・ハム・きゃべつ・胡瓜 人参・もやし・ごま油</p> <p>かき だいたい <b>柿(代替～ゼリー)</b></p> <p>746/28.8/19.5/3.5</p>	<p>31</p> <p>ぶたにく こまつな <b>豚肉と小松菜のクリームスパゲティ</b> スパゲティ・豚肉・小松菜・玉葱・えのき茸 しめじ・人参・バター・牛乳</p> <p>かぼちや みそふうみ <b>南瓜の味噌風味グラタン</b> 南瓜・豚挽肉・長葱・生姜・にんにく 豆乳・小麦粉・チーズ</p> <p><b>えだまめサラダ</b> えだまめ・きゃべつ・人参・青ピーマン</p> <p>や <b>焼きプリンタルト</b> 卵・マーガリン・乳製品・脱脂粉乳</p> <p>920/39.5/33.2/6.1</p>	<p>こんげつ どうべつさん しょくざい <b>今月の当別産食材</b></p>  <p>じゃがいも ごはん (大塚農場さん) (ななつぼし)</p> <p>もやし かぼちや (JA北いしかり)</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を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 おはして確認して食べましょう

☆次回の給食費口座振替日は、**10月31日(木)**です!

◆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わせください

給食費を忘れずに!

皆さんからの給食費でお子さんが食べる給食を作っています。忘れず給食費の納入をお願いします!

裏面の『もぐもぐだより』もご覧ください