

10月 予定こんだて (小学校)

当別町学校給食センター
TEL : 22-4401
FAX : 22-4402

献立名		食 材		
		熱やエネルギーのもと	からだ(肉・骨・血)をつくる	からだの調子を整える
1 (木)	野菜醤油	ラーメン		
	ラーメン		豚肉 茎わかめ	もやし 白菜 玉ねぎ 人参 長ねぎ 生姜 にんにく
	大学いも	さつまいも 砂糖 水あめ		
	きゅうりの華風漬け	でん粉 ごま 菜種油		
2 (金)	ごはん	砂糖 ごま油		きゅうり キャベツ 人参 生姜
	ごはん	ごま		
	卵入り中華コンスープ	でん粉	鶏卵 豆腐	コーン 小松菜
	ショーロンポー	春雨 でん粉 砂糖	豚肉	玉ねぎ キャベツ 筍 椎茸 生姜
5 (月)	チャーシュー	春雨 ごま油	豚肉	人参 長ねぎ 干し椎茸
	肉とほろ丼	砂糖 ごま		
	豆腐とわかめの味噌汁		鶏挽き肉 ひじき	ごぼう 人参 生姜 しらたき 干し椎茸 人参 長ねぎ
	茎わかめの和え物	ごま油 砂糖 ごま	豆腐 わかめ みそ 茎わかめ	もやし きゅうり 人参
6 (火)	コッペパン	パン		
	白菜のクリーム煮	バター	豚肉 牛乳 スキムミルク	白菜 玉ねぎ 人参 しめじ パセリ
	ウィンナーケチャップ	砂糖	ウィンナー	
	コーンソテー	バター	ベーコン	コーン 人参 ピーマン
7 (水)	ごはん	ごはん		
	のりごりかけ	砂糖	のり かつお節	抹茶 椎茸
	大根の味噌汁		みそ	大根 人参 長ねぎ
	鶏肉の甘酢あん	砂糖 でん粉	鶏肉	
8 (木)	じゃがいもきんぴら	じゃがいも ごま油	豚肉	人参 ピーマン とうがらし
	きつねうどん	うどん		
	すき焼きコロッケ	砂糖	豚肉 油揚げ 竹輪	小松菜 人参 長ねぎ 干し椎茸 玉ねぎ
	キャベツのごま味噌サラダ	じゃがいも 菜種油 小麦粉 パン粉(卵なし)	乾燥豆腐 ゼラチン	
9 (金)	ごはん	練りごま 油	みそ	キャベツ もやし ピーマン 人参
	春雨入りマーボー豆腐	ごま油 砂糖		
	大根サラダ	ごま油 砂糖	豚挽き肉 豆腐	玉ねぎ 小松菜 長ねぎ 人参 干し椎茸 生姜 にんにく
	柿(代替ゼリー)		みそ ハム	大根 きゅうり 人参 柿
13 (火)	コッペパン	パン		
	マカロニのクリーム煮	じゃがいも バター	豚肉 牛乳	玉ねぎ 人参
	ハンバーグ	マカロニ		
	ケチャップソース	砂糖	鶏肉 豚肉	玉ねぎ にんにく 生姜
14 (水)	ほうれん草とコーンのソテー	バター	ベーコン	ほうれん草 コーン 人参
	あぶらふ丼	ごはん		
	豆腐ともずくの味噌汁	砂糖	鶏肉 油麩 鶏卵	玉ねぎ 人参 長ねぎ 干し椎茸
	当別産大豆とじゃがいもの磯煮		豆腐 もずく みそ	人参 長ねぎ
15 (木)	アセロラゼリー	じゃがいも 砂糖	豚肉 大豆 ひじき	人参
	スパゲティ	油		アセロラ
	ミートソース	じゃがいも 菜種油	豚挽き肉	玉ねぎ 人参 ピーマン 生姜 にんにく トマト缶
	チーズフォンデュ	小麦粉 パン粉(卵なし)	大豆ミート	
16 (金)	りんご(代替ゼリー)		チーズフード	
	スパゲティ		脱脂粉乳	りんご
	ミートソース			
	チーズフォンデュ			

献立名		食 材		
		熱やエネルギーのもと	からだ(肉・骨・血)をつくる	からだの調子を整える
19 (月)	ごはん	ごはん		
	豚汁	じゃがいも	豚肉 豆腐 みそ	大根 玉ねぎ ごぼう 人参 長ねぎ こんにゃく
	炒め納豆	砂糖 油	豚挽き肉	玉ねぎ 人参 ピーマン
	白菜の華風漬け	砂糖 ごま油	ひきわり納豆	白菜 きゅうり 人参 生姜
20 (火)	スライスパン	ごま		
	レーズンクリーム	パン	全粉乳 脱脂粉乳	レーズン
	ミネストローネ	じゃがいも	ベーコン	キャベツ 玉ねぎ 人参 トマト缶
	手作りチキンカツ	マカロニ		
21 (水)	大根と海藻のサラダ	小麦粉 菜種油	鶏肉	
	ごはん	パン粉(卵なし)		
	かきたま汁	油 砂糖 ごま	ツナ わかめ つのまた	大根 きゅうり 人参 こんにゃく寒天
	ほっけの香草焼き			
22 (木)	厚揚げの煮もの	でん粉	鶏卵	白菜 にら 長ねぎ 干し椎茸
	野菜とんこつ	砂糖 油	厚揚げ	ピーマン 筍 人参 生姜
	ラーメン	ラーメン		
	ラーメン		豚肉 茎わかめ	もやし 白菜 玉ねぎ 人参 長ねぎ 生姜 にんにく
23 (金)	ギョーザ	小麦粉	鶏肉 豚肉	キャベツ にら 生姜
	梅おかか和え	砂糖	竹輪 かつお節	キャベツ きゅうり 人参 梅ご飯の素
	ポークカレー	ごはん		
	フロッコリーサラダ	じゃがいも 油	豚肉 牛乳	玉ねぎ 人参 生姜 にんにく
26 (月)	柿(代替ゼリー)	油 砂糖		フロッコリー 人参 キャベツ コーン 柿
	ごはん	ごはん		
	水ギョーザスープ	ごま油	鶏肉 豚肉	キャベツ 長ねぎ 生姜 白菜 人参 干し椎茸
	じゃがいもキムチ	じゃがいも ごま油	豚挽き肉 昆布	白菜 玉ねぎ 大根 にら 人参 生姜 りんご にんにく
27 (火)	春雨サラダ	砂糖 ごま		キャベツ きゅうり 人参
	コッペパン	春雨 砂糖		
	ポークビーンズ	ごま油	パン	
	鶏肉のハーフ焼き	じゃがいも 油	豚肉 大豆	玉ねぎ 人参 パセリ
28 (水)	マカロニサラダ	小麦粉	鶏肉	
	ごはん	マカロニ		
	じゃがいもの味噌汁	エッグクエア(卵なし)	ツナ	玉ねぎ きゅうり 人参
	さばの塩焼き	砂糖 すりごま		キャベツ 人参
29 (木)	キャベツのごま和え	うどん		
	あんかけうどん	砂糖 でん粉	豚肉	白菜 小松菜 ごぼう 人参 長ねぎ 干し椎茸
	春巻	春雨 菜種油	豚肉	人参 玉ねぎ
	ひじきとチーズのサラダ	小麦粉	チーズ ひじき	キャベツ 生姜
30 (金)	厚揚げの味噌汁	油 砂糖		キャベツ きゅうり 人参 コーン
	照り焼きハンバーグ	ごはん	厚揚げ みそ	大根 人参 長ねぎ
	かぼちゃのそぼろ煮	砂糖 でん粉	豚肉 鶏肉	玉ねぎ 生姜 にんにく
		砂糖 油 でん粉	鶏挽き肉	かぼちゃ 人参

◆ お知らせ ◆
○卵・ナッツ類が含まれているものに関しては、食材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い合わせください。

☆牛乳は毎日つきます。
☆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。お箸で確認してよく噛んで食べましょう。
※太字は、当別町産です。