



献立表



小学生、中学生、高校生

予定献立表（材料の都合上献立を変更することがあります。また、高校にも同様の献立表を配布していますが、高校は牛乳はつきませんのでご了承願います。）

月	火	水	木	金
<p>お月見給食の紹介</p> <p>9月15日は十五夜なので、この日行事食にしました。献立は栗ご飯、牛乳、豆腐ハンバーグ、ブロッコリーのおかか和え、呉汁、お月見団子です。</p> <p>農業生活が中心だった昔の人にとって十五夜は豊作を祝うお祭りでした。十五夜とは、満月を意味し、「新月」と呼ばれる月が出ない時から満月になるまでおよそ15日間かかることから、「十五夜」と言われています。</p> <p>お月見といえば、お団子をお供えしますが、この他にも、里芋、栗、かき、なしなどの秋の収穫物も供えられます。今回のお月見給食にも「栗ご飯」に栗と「呉汁」の中に里芋が入っています。</p> <p>「呉汁」とは、すりつぶした大豆を入れた味噌汁のことです。呉汁は、日本各地の郷土料理です。大豆や野菜が豊富に入った呉汁は栄養価が高く日本各地で親しまれてきました。本別町産の白大豆を使用しています。お楽しみに！</p>			1	2
			<p>ご飯 牛乳 麻婆茄子 三色ナムル 中華風野菜スープ</p>	<p>かき揚げうどん 牛乳 キャベツの豚しゃぶサラダ</p>
			<p>ご飯、春雨、油、砂糖、 でん粉、ごま</p>	<p>うどん、砂糖、油、小麦粉</p>
			<p>牛乳、豚肉、鶏肉、味噌</p>	<p>牛乳、豚肉、鶏肉、つと巻き</p>
			<p>なす、ほうれん草、人参、 もやし、長ねぎ、ピーマン、 白菜</p>	<p>キャベツ、人参、ほうれん草、 もやし、長ねぎ、椎茸、 玉ねぎ、ごぼう、春菊</p>
5	6	7	8	9
<p>ご飯 牛乳 鶏肉の照り焼き 胡瓜のピリ辛和え 味噌汁（豆腐）</p>	<p>コッペパン 牛乳 野菜メンチカツ マゼドアンサラダ ミネストローネスープ</p>	<p>ご飯 牛乳 ほっけの唐揚げ 五目さんびら 味噌汁（えのき）</p>	<p>ハヤシライス 牛乳 マンゴーミルクデザート</p>	<p>あんかけ焼きそば 牛乳 肉焼売</p>
<p>ご飯、砂糖</p>	<p>パン、じゃがいも、砂糖、 油、マヨネーズ、パン粉</p>	<p>ご飯、油、砂糖、でん粉、 ごま</p>	<p>ご飯、じゃがいも、油</p>	<p>中華麺、油、砂糖、でん粉、 小麦粉、パン粉</p>
<p>牛乳、鶏肉、豆腐、焼き竹輪、 荳わかめ、味噌</p>	<p>牛乳、大福豆、チーズ、豚肉、 ハム、ベーコン</p>	<p>牛乳、豚肉、ほっけ、 大豆水煮、味噌</p>	<p>牛乳、豚肉</p>	<p>牛乳、豚肉、鶏肉、えび、 いか、うずら卵</p>
<p>きゅうり、人参、長ねぎ</p>	<p>きゅうり、人参、玉ねぎ、 キャベツ、南瓜、トマト、 パセリ</p>	<p>人参、ピーマン、ごぼう、 大根、竹の子、えのき、 こんにゃく</p>	<p>人参、玉ねぎ、トマト、 グリーンピース、パイン、 みかん</p>	<p>玉ねぎ、人参、白菜、竹の子、 椎茸</p>
12	13	14	15	16
<p>かわりビビンバ丼 牛乳 チョレギサラダ もずくスープ</p>	<p>ベビーパン 牛乳 ミートインオムレツ ジャーマンポテト マカロニとチンゲン菜のクリーム煮</p>	<p>ご飯 牛乳 さばの塩焼き わかめと長ねぎのぬた すまし汁（豆麩、つと）</p>	<p>お月見給食 栗ご飯 牛乳 豆腐ハンバーグ ブロッコリーのおかか和え 呉汁（ごじる） お月見団子</p>	<p>塩ラーメン 牛乳 たこ焼き</p>
<p>ご飯、油、砂糖、ごま</p>	<p>パン、じゃがいも、マカロニ、 油、バター</p>	<p>ご飯、砂糖、豆麩</p>	<p>ご飯、上新粉、さつまいも、栗、 里芋、砂糖、でん粉、パン粉、ごま</p>	<p>ラーメン、油、砂糖、小麦粉</p>
<p>牛乳、牛肉、豚肉、のり、 わかめ、もずく、味噌</p>	<p>牛乳、鶏肉、ベーコン、卵、 えび</p>	<p>牛乳、さば、油揚げ、わかめ、 焼き竹輪、つと巻き、味噌</p>	<p>牛乳、豚肉、鶏肉、豆腐、油揚げ、 大豆水煮、小桜えび、かつお節、味噌</p>	<p>牛乳、豚肉、卵、つと巻き、 たこ</p>
<p>キャベツ、きゅうり、人参、 ほうれん草、もやし、白菜、 切り干し大根</p>	<p>玉ねぎ、チンゲン菜、人参、 マッシュルーム、パセリ</p>	<p>人参、長ねぎ、みつば、 椎茸</p>	<p>ごぼう、大根、長ねぎ、人参、 ブロッコリー、みつば、玉ねぎ、 干し椎茸</p>	<p>玉ねぎ、人参、白菜、もやし、 長ねぎ、キャベツ、しょうが、 にんにく</p>
19	20	21	22	23
<p>敬老の日 </p>	<p>黒糖パン 牛乳 ウインナーのケチャップ煮 海藻サラダ ポトフ</p>	<p>ご飯 牛乳 たらのみりん焼き 野菜のオイスターソース炒め 味噌汁（南瓜）</p>	<p>秋分の日 </p>	<p>チリコンカンスパゲティ 牛乳 野菜サラダ 洋なしのコンポート</p>
	<p>パン、じゃがいも、油、 砂糖</p>	<p>ご飯、油、砂糖、でん粉</p>		<p>スパゲティ、油、砂糖</p>
	<p>牛乳、豚肉、鶏肉、ひじき、 荳わかめ、昆布</p>	<p>牛乳、たら、豚肉、味噌</p>		<p>牛乳、牛肉、豚肉、ハム、 金時豆、大福豆、大豆水煮</p>
	<p>いんげん、玉ねぎ、キャベツ、 ピーマン、きゅうり、人参</p>	<p>玉ねぎ、ピーマン、人参、 長ねぎ、いんげん、南瓜</p>		<p>キャベツ、ピーマン、トマト、 きゅうり、玉ねぎ、人参、 洋なし</p>
26	27	28	29	30
<p>ご飯 牛乳 すき焼き風煮 オクラのかつお和え かき玉汁</p>	<p>たまごパン 牛乳 肉団子 かぼちゃのサラダ 野菜コンソメスープ</p>	<p>ご飯 牛乳 鮭の西京焼き ほうれん草ともやしのお浸し 筑前煮</p>	<p>五目チャーハン 牛乳 野菜春巻き 大根サラダ ワンタンスープ</p>	<p>カレーうどん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ 杏仁デザート</p>
<p>ご飯、油、砂糖、でん粉</p>	<p>パン、じゃがいも、砂糖、 パン粉、マヨネーズ</p>	<p>ご飯、じゃがいも、油、砂糖</p>	<p>ご飯、ワンタン、油、小麦粉、 でん粉、春雨、砂糖</p>	<p>うどん、砂糖、でん粉</p>
<p>牛乳、豚肉、豆腐、卵、 わかめ、かつお節</p>	<p>牛乳、豚肉、鶏肉、ベーコン</p>	<p>牛乳、鮭、鶏肉、焼き竹輪、 味噌</p>	<p>牛乳、卵、ハム</p>	<p>牛乳、鶏肉、油揚げ、竹輪、 チーズ、つと巻き</p>
<p>白菜、ごぼう、玉ねぎ、人参、 長ねぎ、みつば、オクラ、椎茸、 干し椎茸、しらたき</p>	<p>いんげん、人参、玉ねぎ、 南瓜、枝豆</p>	<p>ごぼう、ほうれん草、大根、 人参、もやし、椎茸、竹の子、 こんにゃく</p>	<p>きゅうり、大根、人参、 玉ねぎ、長ねぎ、キャベツ、 もやし、竹の子、椎茸</p>	<p>玉ねぎ、人参、長ねぎ、 椎茸、パイン、みかん、 アロエ</p>