



# 献立表



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。）

小学校、中学校、高校用

月	火	水	木	金
---	---	---	---	---

## ☆☆入学・進級おめでとうございます☆☆

ご入学・ご進級おめでとうございます。いよいよ新学期がはじまります。  
 学校給食は、もともとは児童・生徒の栄養補給を目標として始まり、その後、子どもたちの心身の健全な発達に教育上の役割が認められ、給食も教育活動の一環として定着しました。  
 子どもたちの健やかな成長のため、適切なエネルギーや栄養バランスを考え、地元の食材を積極的に活用し、安心・安全でおいしい給食を提供していきます。ご家庭でもぜひ、お子さんと給食を話題のひとつにしてくださいと嬉しいです。

## 元気くんの日

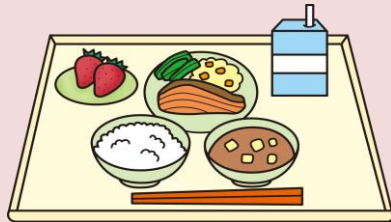
本別町の給食では、月に一度「元気くんの日」を設けています。本別町の特産品であり、栄養も豊富な豆を子どもたちに食べてほしい、親しみを感じてほしいという思いから、毎月豆を使った献立を組み込んでいます。（豆以外の地場産物を使用することもあります）  
 今月の元気くんの日は30日（金）で、「元気くんスパゲティ」が登場します。大豆、大福豆、金時豆の3種類の豆が入ったデリコンカン風のスパゲティです。お楽しみに！

体温や働く力

からだを作る

調子を整える

## ☆☆新年度の給食が始まります☆☆



体温や働く力

からだを作る

調子を整える

		7 ご飯 牛乳 さばのカレー煮 豆腐チャンプルー すまし汁（豆麩、とと） 	8 ご飯 牛乳 唐揚げ 切干大根の炒め煮 みそ汁（わかめ） 	9 焼きそば 牛乳 三色ナムル 中華スープ 
		ご飯、豆麩	ご飯、ごま	焼きそば麺、ごま
		さば、豆腐、鶏卵、 つと巻き、牛乳	わかめ、豚肉、鶏肉、豆腐、 さつま揚げ、牛乳	ベーコン、豚肉、小桜えび、 いか、鶏卵、えび、牛乳
		キャベツ、玉ねぎ、もやし、 にんじん、長ねぎ	にんじん、切り干し大根、 長ねぎ	キャベツ、ほうれん草、 コーン、玉ねぎ、にんじん、 もやし
12	13 かわりピピンハ丼 牛乳 チョレギサラダ わかめスープ 	14 ご飯 牛乳 たららの甘酢あんかけ ゆかり和え すまし汁（わかめ、豆腐） 	15 ご飯 牛乳 豆腐ハンバーグ 根菜のコロコロ炒め みそ汁（もやし） 	16 五目うどん 牛乳 もちいなり 
		ご飯、ごま	ご飯、じゃがいも	うどん、もち
		わかめ、豚肉、のり、牛肉、 牛乳	たら、わかめ、豆腐、 かつお節、牛乳	豆腐、鶏肉、ウィンナー、 牛乳
		キャベツ、切り干し大根、 にんじん、もやし、長ねぎ、 ほうれん草	玉ねぎ、ピーマン、 にんじん、ほうれん草、 白菜、長ねぎ	大根、もやし、にんじん、 長ねぎ、玉ねぎ、コーン、 グリーンピース
		鶏肉、牛乳	いわし、高野豆腐、牛乳	豚肉、かつお節、牛乳
		玉ねぎ、にんじん、パイン、 みかん、ナタデココ、 マンゴー	キャベツ、レタス、しいたけ、 玉ねぎ、ピーマン、 にんじん、ブロッコリー	小松菜、にんじん、しいたけ、 大根、白菜、チンゲン菜、 みつ葉
19	20 チキンカレー 牛乳 マンゴーミルクデザート 	21 ご飯 牛乳 いわしのみぞれ煮 大根サラダ みそ汁（小松菜） 	22 ご飯 牛乳 豚の角煮 白菜のおかか和え すまし汁（花麩） 	23 みそラーメン 牛乳 焼きぎょうざ（1人2個） 
		ご飯	ご飯	ラーメン、ごま
		鶏肉、牛乳	いわし、高野豆腐、牛乳	豚肉、鶏肉、牛乳
		玉ねぎ、にんじん、パイン、 みかん、ナタデココ、 マンゴー	キャベツ、レタス、しいたけ、 玉ねぎ、ピーマン、 にんじん、ブロッコリー	小松菜、にんじん、しいたけ、 大根、白菜、チンゲン菜、 みつ葉
		玉ねぎ、にんじん、もやし、 チンゲン菜、長ねぎ、にら、 キャベツ		
26	27 青菜ご飯 牛乳 焼きつくね ゆで豚の和風サラダ 沢煮椀 	28 ご飯 牛乳 赤魚の塩こうじ焼き なめたけ和え みそ汁（じゃがいも） 	29 昭 和 の 日 	30 元気くんの日 元気くんスパゲティ 牛乳 アメリカンドック 
		ご飯、ごま	ご飯、じゃがいも	スパゲティ
		鶏肉、豚肉、牛乳	鶏肉、豚肉、牛乳	豚肉、牛肉、大豆、大福豆、 金時豆、たら、牛乳
		キャベツ、ピーマン、しいたけ、 ごぼう、玉ねぎ、みつ葉、長ねぎ、 大根、大根葉、にんじん、れんこん	キャベツ、きゅうり、トマト、 玉ねぎ、にんじん、コーン、 ほうれん草	玉ねぎ、ピーマン、トマト、 にんじん

体温や働く力

からだを作る

調子を整える