



# 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めました。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。

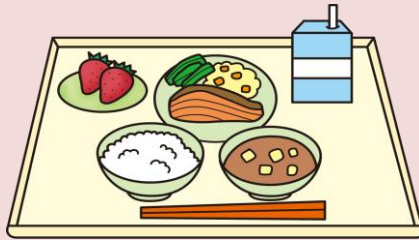


体温や働く力

からだを作る

調子を整える

## ☆☆新年度の給食が始まります☆☆



### 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20日（木）で、「元気くんご飯」が登場します。大豆が入った自慢の炊き込みご飯です。お楽しみに♪

体温や働く力

からだを作る

調子を整える

7	みそラーメン 牛乳 焼きぎょうざ（1人2個）
	ラーメン、ごま
	豚肉、鶏肉、牛乳
	キャベツ、玉ねぎ、にんじん、チンゲン菜、にら、もやし、長ねぎ

10	ご飯 牛乳 ザンタレ 切り干し大根の炒め煮 みそ汁（わかめ）	11	コッペパン 牛乳 ポークチャップ スパゲティサラダ コンソメスープ（白菜）	12	ご飯 牛乳 たららの甘酢あんかけ ゆかり和え みそ汁（えのきたけ）	13	チキンカレー 牛乳 コーンサラダ	14	五目うどん 牛乳 もちいなり お祝いクレープ
	ご飯、ごま		コッペパン、スパゲティ		ご飯		うどん、クレープ		
	鶏肉、豚肉、さつま揚げ、わかめ、豆腐、牛乳		豚肉、鶏肉、ハム、牛乳		たら、かつお節、牛乳		鶏肉、牛乳		
	にんじん、切り干し大根、長ねぎ		キャベツ、にんじん、玉ねぎ、ピーマン、きゅうり、白菜、しいたけ、とうもろこし		えのきたけ、ピーマン、大根、にんじん、ほうれん草、玉ねぎ、白菜		キャベツ、にんじん、きゅうり、玉ねぎ、とうもろこし		
17	ご飯 牛乳 黒はんぺんフライ 豆腐チャンプルー みそ汁（絹さや）	18	小豆パン 牛乳 メンチカツ オーロラサラダ コンソメスープ（レタス）	19	ご飯 牛乳 さばのカレー煮 大根サラダ すまし汁（花ふ）	20	<b>元気くんご飯</b> 牛乳 照り焼き肉団子（1人2個） ブロッコリーのおかか和え 塩けんちん汁	21	焼きそば 牛乳 春巻き
	ご飯		小豆パン		ご飯、花ふ		ご飯、ごま		
	いわし、豆腐、牛乳		豚肉、ベーコン、牛乳		さば、牛乳		豚肉、鶏肉、かつお節、豆腐、昆布、小桜えび、ひじき、大豆、牛乳		
	キャベツ、玉ねぎ、もやし、にんじん、絹さや		キャベツ、きゅうり、にんじん、玉ねぎ、レタス、とうもろこし、ほうれん草		きゅうり、三つ葉、大根、しいたけ、にんじん		ごぼう、ブロッコリー、大根、絹さや、こんにゃく、にんじん、長ねぎ、玉ねぎ		
24	ご飯 牛乳 お花の豆腐ハンバーグ 根菜のココロ炒め みそ汁（玉ねぎ）	25	黒糖パン 牛乳 バジルチキン コールスローサラダ コーンポタージュ	26	ご飯 牛乳 ほっけの照り焼き なめたけ和え 白玉汁	27	青菜ご飯 牛乳 焼きつくね ゆで豚の和風サラダ 沢煮焼	28	ペペロンチーノ 牛乳 ピーチミルクデザート
	ご飯、じゃがいも		黒糖パン		ご飯、白玉		ご飯、ごま		
	鶏肉、豆腐、おから、ウインナー、牛乳		鶏肉、ハム、牛乳		ほっけ、つと巻き、豚肉、油揚げ、かつお節、牛乳		豚肉、鶏肉、牛乳		
	大根、玉ねぎ、長ねぎ、にんじん、とうもろこし、グリーンピース		キャベツ、にんじん、玉ねぎ、きゅうり、とうもろこし		大根、にんじん、玉ねぎ、白菜、ほうれん草、えのきたけ		キャベツ、ピーマン、しいたけ、れんこん、ごぼう、玉ねぎ、長ねぎ、三つ葉、大根、大根葉、にんじん		
							玉ねぎ、ほうれん草、ナタデココ、みかん、もも		

体温や働く力

からだを作る

調子を整える

体温や働く力

からだを作る

調子を整える