



小学校、中学校用

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でご了承願います。）

	月	火	水	木	金
	3	4	5	6	7
	ご飯 牛乳 焼きつくね 豆腐チャンプルー みそ汁（えのきたけ）	チョコチップパン 牛乳 バジルチキン オーロラサラダ コンソメスープ（玉ねぎ）	ご飯 牛乳 ホキのゆずみそ焼き ゆかり和え すまし汁（豆麩、つと）	かわりピビンパ丼 牛乳 チョレギサラダ わかめスープ	みそラーメン 牛乳 焼ききょうざ（1人2個）
体温や働く力	ご飯	チョコチップパン	ご飯、豆麩	ご飯、ごま	ラーメン、ごま
からだを作る	鶏肉、鶏卵、豆腐、牛乳	鶏肉、ベーコン、牛乳	ホキ、かつお節、つと巻き、牛乳	牛肉、豚肉、わかめ、のり、牛乳	豚肉、鶏肉、牛乳
調子を整える	れんこん、長ねぎ、にんじん、キャベツ、もやし、大根、えのきたけ、玉ねぎ	キャベツ、にんじん、コーン、きゅうり、エリンギ、玉ねぎ	にんじん、白菜、長ねぎ、ほうれん草	切り干し大根、にんじん、もやし、キャベツ、長ねぎ、ほうれん草	玉葱、にんじん、チンゲン菜、もやし、長ねぎ、にら、キャベツ
	10	11	12	13	14
	 スポーツの日	コッペパン 牛乳 ポークチャップ マゼドアンサラダ コンソメスープ（ぶなしめじ）	ご飯 牛乳 さばのみそ煮 五目きんぴら 大根スープ	チキンカレー 牛乳 マンゴーミルクデザート	五目うどん 牛乳 もちいなり ぜんざい 
体温や働く力	コッペパン、じゃがいも	コッペパン、じゃがいも	ご飯、ごま	ご飯、はと麦、じゃがいも	うどん、もち
からだを作る	豚肉、ハム、チーズ、牛乳	豚肉、ハム、チーズ、牛乳	さば、大豆、豚肉、牛乳	鶏肉、牛乳	鶏肉、油揚げ、小豆、きな粉、牛乳
調子を整える	キャベツ、ぶなしめじ、きゅうり、にんじん、玉ねぎ、しいたけ、ピーマン	キャベツ、ぶなしめじ、きゅうり、にんじん、玉ねぎ、しいたけ、ピーマン	いんげん、にんじん、ごぼう、大根、小松菜	玉葱、にんじん、パイナップル、みかん、ナタデココ	小松菜、長ねぎ、玉ねぎ、にんじん
	17	18	19	20	21
	ご飯 牛乳 豚の角煮 なめたけ和え すまし汁（わかめ、豆腐）	クリームパン 牛乳 ミートオムレツ コールスローサラダ コンソメスープ（白菜）	ご飯 牛乳 黒はんぺんフライ 大根サラダ さつま汁	元気くんの日 元気くんご飯  牛乳 豆乳コロッケ ブロッコリーのおかか和え 塩けんちん汁	和風スバゲティ 牛乳 ハッシュドポテト
体温や働く力	ご飯	クリームパン	ご飯、さつまいも	ご飯、ごま	スバゲティ、じゃがいも
からだを作る	豚肉、かつお節、わかめ、豆腐、牛乳	鶏卵、ハム、鶏肉、牛乳	いわし、鶏卵、豆腐、豚肉、牛乳	大豆、豆乳、かつお節、ひじき、昆布、小桜えび、豆腐、牛乳	豚肉、牛乳
調子を整える	ほうれん草、白菜、なめたけ、大根、にんじん、長ねぎ、チンゲン菜	キャベツ、にんじん、きゅうり、玉ねぎ、白菜、コーン	きゅうり、にんじん、大根、ごぼう、玉ねぎ、長ねぎ	絹さや、にんじん、ごぼう、ブロッコリー、大根、長ねぎ、玉葱、コーン、こんにゃく	玉葱、ぶなしめじ、にんじん、しいたけ、ピーマン
	24	25	26	27	28
	ご飯 牛乳 豆腐ハンバーグ 根菜のココロ炒め みそ汁（小松菜）	ミルクパン 牛乳 焼き栗コロッケ フレンチサラダ コーンポタージュ	ご飯 牛乳 ほっけの照り焼き ゆで豚の和風サラダ 沢煮椀	ハロウィン給食 キャロットピラフ ジョア（マスカット） タンドリーチキン パンキンポタージュ  ハロウィンゼリー	焼きそば 牛乳 焼売（1人2個） 中華スープ
体温や働く力	ご飯、じゃがいも	ミルクパン、じゃがいも、栗、さつまいも	ご飯	ご飯、白玉もち	焼きそば麺
からだを作る	豆腐、鶏肉、ウインナー、高野豆腐、牛乳	牛乳	ほっけ、豚肉、牛乳	鶏肉、ベーコン、ヨーグルト、牛乳、ジョア	豚肉、いか、えび、小桜えび、鶏卵、鶏肉、ベーコン、牛乳
調子を整える	玉葱、コーン、グリーンピース、小松菜、大根、にんじん	キャベツ、にんじん、玉ねぎ、きゅうり、コーン	キャベツ、ピーマン、ごぼう、玉葱、大根、にんじん、しいたけ、三つ葉	いんげん、玉ねぎ、にんじん、かぼちゃ、コーン、みかん、ナタデココ、桃	キャベツ、玉ねぎ、にんじん、グリーンピース
	31	<div data-bbox="470 1736 917 1825" style="text-align: center;"> <p>★ホクレンから「ぜんざい」がプレゼントされました★</p> </div> <div data-bbox="470 1848 917 2049" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>小・中学生のみなさんに、「ホクレン農業協同組合連合会」から、「ぜんざい」がプレゼントされました。このゼリーは、北海道産の小豆と砂糖、きな粉で作られたもので、ぜひ子どもたちに食べてもらいたいということで、今回無償で提供していただきました。10月14日（金）の献立に登場しますので、北海道の恵みを味わいながら、感謝して食べてみてくださいね。</p> </div> <div data-bbox="957 1736 1460 1848" style="text-align: center;"> <p>★10月27日（木）はハロウィン給食です★</p> </div> <div data-bbox="957 1859 1460 2049" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>10月31日はハロウィンです★それにあわせ、給食では27日（木）にハロウィン給食を実施します。献立は、「キャロットピラフ」、「ジョア（マスカット味）」、「タンドリーチキン」、「パンキンポタージュ」、「ハロウィンゼリー」です。ハロウィンということでもかぼちゃを使ったポタージュをはじめ、紫色のぶどうゼリーを使ったハロウィンゼリーには、白玉に見立てた白玉もちを入れ、いつものデザートとは一味違ったデザートが登場します。ハロウィン給食、お楽しみに！</p> </div>			
体温や働く力	ご飯、ごま				
からだを作る	鶏肉、さつま揚げ、豚肉、豆腐、牛乳				
調子を整える	にんじん、絹さや、切り干し大根				