

10月

札幌市立開成小学校・札幌市立伏古小学校

特別な野菜を
使います!

YES!
clean

北海道安心ラベル



よていこんだて



月	火	水	木	金
5 カレーラーメン シナモンポテト パイン缶	6 エスカロップ ナムル	7 ごはん 豆腐の中華煮 揚げポークシュウマイ おひたし	8 横割りバンズパン コーンシチュー ハンバーグ りんご	9 豚ミックス丼 みそ汁 いわしのカリカリフライ
ソフトラーメン・豚肉・メンマ・もやし・白菜・人参・玉ねぎ・ほうれん草・ねぎ・わかめ・小麦粉・カレー粉・カレールウ・醤油・ソース・みそ・トマトピューレ・りんご／さつまいも	胚芽米・大麦・バター・パン粉・小麦粉・卵・パン粉・玉ねぎ・人参・ケチャップ・トマトピューレ・ソース・デミグラスソース・カレー粉／ほうれん草・もやし・人参・醤油・ごま油・ごま	豆腐・豚肉・えび・人参・玉ねぎ・たけのこ・椎茸・きくらげ・醤油・ごま油・片栗粉／（冷）ポークシュウマイ／小松菜・白菜・糸かつお・醤油 【伏古5年 給食なし】	コーン・クリームコーン・ベーコン・玉ねぎ・人参・じゃがいも・パセリ・小麦粉・バター・スキムミルク・チーズ・牛乳・豆乳／（冷）ハンバーグ・ケチャップ・ソース 【伏古5年 給食なし】	白飯・豚肉・醤油・片栗粉・小麦粉・厚揚げ・玉ねぎ・たけのこ・人参・ピーマン・ごま／大根・人参・ごぼう・みそ／（冷）いわしのカリカリフライ 【伏古5年 給食なし】
12 スポーツの日	13 わかめごはん みそ汁 チキンカツ	14 ごはん さつま汁 さんまの煮付け 磯あえ	15 コッペパン 小松菜のクリーム煮 チキンナゲット 柿	16 チキンカレー ブロッコリーとコーンのサラダ
	胚芽米・大麦・わかめ・ごま／厚揚げ・小松菜・みそ／鶏肉・小麦粉・卵・パン粉	鶏肉・さつまいも・豆腐・こんにゃく・人参・大根・ごぼう・ねぎ・みそ／さんま・醤油／小松菜・もやし・のり・醤油	ベーコン・小松菜・マカロニ・人参・玉ねぎ・マッシュルーム・小麦粉・バター・チーズ・牛乳・豆乳・スキムミルク／（冷）チキンナゲット	白飯・鶏肉・カレー粉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・セロリ・りんご・グリーンピース・小麦粉・カレールウ・ソース・ケチャップ・醤油／ブロッコリー・コーン・ごま・醤油
19 みそバターコーンラーメン きなこポテト バナナ	20 中華おこわ 十勝大豆コロッケ ごまあえ	21 ごはん スンドゥブチゲ さばの竜田揚げ たたききゅうり	22 ロールパン キャロットポタージュ いかフライ 小松菜とコーンのサラダ	23 厚揚げ入り肉炒め丼 みそ汁 柿
ソフトラーメン・豚肉・玉ねぎ・人参・ごま・みそ・醤油・ごま油・豆板醤・もやし・メンマ・ほうれん草・ねぎ・バター・コーン／じゃがいも・きなこ 【伏古小 給食なし】	胚芽米・もち米・豚肉・醤油・椎茸・きくらげ・たけのこ・人参・栗・グリーンピース・ごま油／（冷）十勝大豆コロッケ／ほうれん草・もやし・ごま・醤油	豆腐・豚肉・豆板醤・醤油・みそ・ごま油・あさり・人参・玉ねぎ・えのき茸・にら／さば・醤油・ごま・小麦粉・片栗粉／きゅうり・醤油・ごま油・ごま 【開成4・6年 給食なし】	ベーコン・玉ねぎ・人参・じゃがいも・パセリ・小麦粉・バター・チーズ・スキムミルク・牛乳・豆乳／（冷）いかフライ／小松菜・コーン・ごま・醤油 【伏古1・2年 給食なし】	白飯・豚肉・メンマ・人参・もやし・小松菜・厚揚げ・片栗粉・醤油・玉ねぎ・りんご・ソース・豆板醤・ごま油・ごま／キャベツ・油揚げ・みそ
26 五目うどん いももち みかん	27 チキンウインナーライス ちくわチーズつめ揚げ フルーツミックス	28 ごはん きのご汁 とり天 のりの佃煮	29 揚げパン ポテトスープ あさりのスパゲティサラダ	30 ごはん 豚汁 ひじき入りぎょうざ からしあえ
ソフトめん・鶏肉・油揚げ・かまぼこ・人参・ほうれん草・ごぼう・ねぎ・椎茸・たもぎ茸・醤油／じゃがいも・片栗粉・水あめ・醤油・ごま	胚芽米・大麦・バター・トマトジュース・チキンウインナー・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・グリーンピース・ケチャップ／ちくわ・チーズ・小麦粉・卵／缶詰（みかん・パイン・りんご・黄桃・梨）	しめじ・えのき茸・なめこ・人参・大根・ごぼう・ねぎ・油揚げ・みそ／鶏肉・醤油・小麦粉・卵・片栗粉／のり・ひじき・醤油・水あめ	ソフトフランスパン／ベーコン・じゃがいも・人参・玉ねぎ・パセリ・醤油／あさり・醤油・スパゲティ・きゅうり・人参・みそ・ごま油・ごま	豚肉・豆腐・じゃがいも・こんにゃく・人参・大根・玉ねぎ・ごぼう・ねぎ・みそ／（冷）ひじき入りぎょうざ／ちくわ・小松菜・キャベツ・醤油

★牛乳は毎日200mL つきます。

★（冷）は、冷凍食品の印です。

★その日の給食に使われる食材を載せてあります。（だしに使う削り節・昆布・煮干し・とりがら・豚骨・野菜、塩、こしょう、砂糖、少量使用する香辛料は載せていません。）

★果物は、市場の入荷状況等で変更になることがあります。あらかじめご了承ください。