

*** 札幌市の学校給食は、地産地消の推進、減塩に取り組んでいます ***

「参考にしてください」

※そば、落花生、アーモンド、くるみは使用しません。



※牛乳は毎日つきます。

※果物は変更になる場合があります。

※あさり、ししゃも、わかめ、しらすなどの海産物にエビやカニなどの甲殻類が混入することがあります。

※加工食品の詳しい成分が必要な場合はお問い合わせください。

10月のよていにこんだて

今月も秋の味覚がもりだくさんです

月 6日	火 7日	水 8日	木 9日	金 10日
ぶたすきどん みそしる なし 	せわりコッペ しおワントンスープ おこのみあげ(えびいり) チョコクリーム	ごはん きのこじる さんまのにつけ みかん 	パスタミートソース オニオンチップサラダ 札幌産玉ねぎを使います。	さけごはん とりてん みそしる 
白飯 豚肉 しらす たまねぎ たけのこ たまごたけ ほうれんそう/はくさい 油揚げ みそ/なし	背割コッペパン/ワントン皮 豚肉 ほうれんそう もやし メンマ 長ねぎ しょうが にんにく サラダ 油/あさり むきえび たんざくいか ベーコン キャ ベツ 切り干し大根 ホールコーン ひじき 小麦粉 全卵 揚げ油 ケチャップ 糸かつお 青のり/ 豆乳 チョコレート ピュアココア コーンスターチ /	白飯/ぶなしめじ えのきたけ なめこ に んじん だいこん ごぼう 長ねぎ 油揚げ サラダ油 みそ/さんま骨付き しょうが /みかん	ソフトパスタ 豚ひき肉 大豆水煮 たまねぎ に んじん マッシュルーム セロリー にんにく サラ ダ油 パセリ 小麦粉 カレー粉 ケチャップ トマ トピューレ トマト缶詰 デミグラスソース/ハム キャベツ きゅうり ホールコーン たまねぎ かた くり粉 揚げ油 上白糖 ごま/	米 大麦 鮭 炊き込みわかめ ごま/鶏肉 むね しょうが にんにく 全卵 小麦粉 かたくり粉 揚げ油/だいこん 油揚げ みそ/
13日	14日	15日	16日	17日
スポーツの日 	コッペパン こまつなのクリームに ぶリスパイスあげ ミニトマト 	ハヤシライス だいこんサラダ 	みそバターコンラーメン きなこポテト もも(かんづめ)	ふかがわめし みそしる こうやとうふのフライ 深川めしは、東京の郷土料 理です。
	コッペパン/ベーコン こまつな マカロニ にんじん たまねぎ マッシュルーム 小麦粉 バター サラダ油 チーズ 牛乳 豆乳 スキム ミルク/ぶり切り身 しょうが にんにく かた くり粉 小麦粉 カレー粉 チリパウダー 揚 げ油/ミニトマト/	白飯 豚肉 もも たまねぎ にんじん じゃが いも セロリー しょうが にんにく マッシュ ルーム グリンピース 小麦粉 サラダ油 カレー粉 トマトピューレ ケチャップ トマト 缶詰 デミグラスソース /だいこん まぐ ろ・水煮 きゅうり にんじん ごま ごま油 /	ソフトラーメン 豚ひき肉 たまねぎ にんじ ん しょうが にんにく ごま みそ ごま油 ト ウバンジャン もやし メンマ サラダ油 ほう れんそう 長ねぎ バター ホールコーン 煮干し/じゃがいも 揚げ油 きな粉 /黄 桃缶詰	米 大麦 あさり しょうが にんじん ごぼ う サラダ油 みそ 小松菜/もやし 油揚げ みそ/凍り豆腐 カレー粉 小麦粉 白 すりごま 全卵 パン粉 ごま 揚げ油/ /
20日	21日	22日	23日	24日
ごはん みそしる たまねぎのかきあげ (えびいり) りんご	よこわりパンズ ベーコンシチュー あげハンバーグ スライスチーズ かき 	ごはん カレーにくじゃが サバのこうみあげ いそあえ 「どさんこフードマスター」 お米の資料の配付があります。	ごもくうどん ごまみそポテト きよほう	チキンウインナーライス ほっけのオートミールフライ パイン(かんづめ)
白飯/凍り豆腐 塩わかめ 長ねぎ みそ/ むきえび あさり さくらえび たまねぎ に んじん ごぼう しゅんぎく ひじき 小麦粉 全卵 揚げ油/りんご	横割パンズ/ベーコン じゃがいも たまね ぎ にんじん パセリ 小麦粉 バター サラダ 油 牛乳 豆乳 チーズ スキムミルク/ハン バーグ 揚げ油/スライスチーズ/柿	白飯/豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじ ん しらす さきやいんげん 干しいたけ た もぎたけ しょうが サラダ油 カレー粉/さ ば切り身 しょうが にんにく かたくり粉 小麦粉 揚げ油/こまつな はくさい 切り のり/	ソフトめん 鶏肉 油揚げ つと にんじん ほうれんそう ごぼう 長ねぎ 干しいたけ たまごたけ/じゃがいも 揚げ油 みそ 白すりごま/ぶどう	米 大麦 バター トマトジュース カットチ キンウインナー たまねぎ にんじん マッ ッシュルーム グリンピース サラダ油 ケ チャップ /ほっけ 小麦粉 全卵 オート ミール パン粉 揚げ油/パイン缶詰
27日	28日	29日	30日	31日
ごはん さんぺいじる ぶたにくとやさいの いためもの みかん	かくしよく ブルーベリージャム オニオンポタージュ サケフライ ミニトマト 	ごはん とうふのちゅうかに (えびいり) あげポークシュウマイ ナムル	カレーラーメン シナモンポテト かき カレーラーメンは室蘭 で有名な料理です。 	とりめし ちくわチーズ つめフライ みそしる
白飯/鮭ダイス 豆腐 じゃがいも にんじん だいこん こんにゃく 長ねぎ/豚肉 もも しょうが かたくり粉 揚げ油 たけのこ に んじん ビーマン サラダ油 ごま油 トウバ ンジャン ごま/みかん	角食/ベーコン じゃがいも たまねぎ パセ リ 小麦粉 バター サラダ油 牛乳 豆乳 ス キムミルク チーズ /サケフライ 揚げ油/ ミニトマト/	白飯/豆腐 豚肉 もも むきえび にんじん たまねぎ たけのこ 干しいたけ 黒きくら げ しょうが にんにく サラダ油 ごま油 かたくり粉/ポークシュウマイ 揚げ油/こ まつな もやし にんじん ごま油 ごま/	ソフトラーメン 豚肉 しょうが にんにく メ ンマ もやし はくさい ほうれんそう 長ね ぎ カットわかめ 小麦粉 サラダ油 カ レー粉 カレールウ みそ トマトピューレ りんご 煮干し たまねぎ にんじん/さつ まいも 揚げ油 グラニュー糖 シナモン/ かき	米 大麦 鶏肉 むね 鶏肉 しょうが た まねぎ サラダ油/白ちくわ チーズ 小麦粉 全卵 パン粉 揚げ油/厚揚げ こまつな たまごたけ みそ/