

*** 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 ***

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

《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。



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 しおワタンスープ 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 しらたき たまねぎ たけのこ たまぎたけ ほうれんそう/はくさい 油揚げ みそ /なし	背割コッペパン/ワタンスープ 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 ぶりスパイスあげ 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/ 黄桃缶詰
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	よこわりバンズ 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 きょうほう	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	横割バンズ/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 しらたき さやいんげん 干しいたけ たまぎたけ 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 たまぎたけ/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 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
振替休業日 	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
	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 たまぎたけ みそ/