

# 予定献立

★牛乳は毎日200mL つきます。 ★献立の下段は、使用食材です。  
★物資や食材の都合により献立変更することがあります。予め御了承ください。  
★揚げ物に使う菜種油は毎回新しい油ではなく、複数回の使用となります。

【食物アレルギーについて】しらす干しやわかめ等の海産物には、小さなかにやえび等が混入・付着している場合があります。また、ししゃもの内臓にもししゃもが補食したかにやえび等が混入している場合もあります。  
★給食だよりには献立の主な材料を載せてあります。より詳しく知りたい場合は、栄養教諭まで御連絡ください。

| 月                                                                                                                                                            | 火                                                                                                                                                                       | 水                                                                                                                                              | 木                                                                                                                                              | 金                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>7</b><br>白飯<br>大豆フレークのすまし汁<br>かれい唐揚げ(バーベキューソース)<br>からし和え<br><br>大豆の華フルク・豆腐・ほうれん草・長ねぎ・椎茸・醤油・片栗粉/かれい唐揚げ(加工品)・玉ねぎ・生姜・にんにく・醤油・ウスターソース・片栗粉/ちくわ・小松菜・キャベツ・醤油・からし | <b>8</b><br>ゆであげスパゲティミートソース<br>スパイシーポテト<br>アイスクリーム<br><br>スパゲティ・豚肉・大豆・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・セリ・にんにく・生姜・パセリ・小麦粉・カレー粉・ケチャップ・トマト・ユレ・トマト缶・デミグラスソース・ウスターソース・中濃ソース・醤油/じゃがいも・パセリ・カレー粉 | <b>9</b><br>たきこみいなり<br>豚肉の竜田揚げ<br>おひたし<br><br>胚芽精米・大麦・油揚げ・人参・椎茸・ひじき・醤油・白ごま・のり・豚肉・醤油・生姜・片栗粉・小麦粉/小松菜・もやし・糸かつお・醤油                                 | <b>10</b><br>白飯<br>マーボー豆腐<br>揚げえびシュウマイ<br>ミニトマト<br><br>豆腐・豚肉・生姜・にんにく・人参・長ねぎ・椎茸・味噌・醤油・ウスターソース・ごま油・豆板醤・一味・片栗粉/えびシュウマイ(加工品)                       | <b>11</b><br>横割りのバンズパン<br>かぼちゃシチュー<br>釧路産たらフライ(ケチャップソース)<br>コールスローサラダ<br><br>ベーコン・南瓜・玉ねぎ・人参・パセリ・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・チーズ・スライス/釧路産たらフライ(加工品)・ケチャップ・ウスターソース・からし/キャベツ・人参・コン・からし |
| <b>14</b><br>タコライス<br>わかめスープ<br>パイン缶<br><br>白飯・豚肉・大豆・玉ねぎ・人参・生姜・にんにく・コン・カレー・小麦粉・カレー粉・ウスターソース・中濃ソース・トマト缶・ケチャップ・醤油・チリパウダー/わかめ・豆腐・椎茸・長ねぎ・醤油・白ごま・ごま油              | <b>15</b><br>五目うどん<br>ごまだんご<br>黄桃缶<br><br>ソフト麺・鶏肉・油揚げ・つと・人参・小松菜・ごぼう・長ねぎ・椎茸・たまご茸・醤油・一味/白玉もち・黒すりごま                                                                        | <b>16</b><br>ごぼうピラフ<br>いわしのカリカリフライ<br>フルーツカクテル<br><br>胚芽精米・大麦・バター・ベーコン・ごぼう・玉ねぎ・人参・にんにく・コン・パセリ・醤油/いわしの加加フライ(加工品)/みかん缶・パイン缶・黄桃缶・梨缶・夏みかん缶・りんごジュース | <b>17</b><br>白飯<br>味噌汁<br>ごまザンギ<br>のりとあさりの佃煮<br><br>豆腐・小松菜・えのき茸・味噌・鶏肉・生姜・にんにく・醤油・鶏卵・片栗粉・白ごま/あさり・生姜・醤油・のり・ひじき                                   | <b>18</b><br>横割りのバンズパン<br>塩ワントンスープ<br>レバー入りメンチカツ<br>(中濃ソース)<br>アップルゼリー<br><br>ワタリ・豚肉・人参・ほうれん草・もやし・トマト・長ねぎ・生姜・にんにく・醤油・玉ねぎ/レバー入りメンチカツ(加工品)・中濃ソース/りんごジュース・寒天             |
| <b>21</b><br>フーディサイクル<br>シタス使用<br><br>                                     | <b>22</b><br>少々早いですが十五夜献立です。<br><br>                                                 | <b>23</b><br>                                               | <b>24</b><br>カレーライス<br>あさりのサラダ<br><br>白飯・豚肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・セリ・りんご・生姜・にんにく・グリンピース・小麦粉・カレー粉・カレー・ウスターソース・ケチャップ・醤油/あさり・生姜・醤油・きゅうり・キャベツ・人参・からし・白ごま・醤油 | <b>25</b><br>角食<br>ブロッコリーのグラタン<br>小松菜とコーンのサラダ<br>いちごジャム<br><br>ブロッコリー・ベーコン・マヨネーズ・玉ねぎ・マッシュルーム・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・スライス/チーズ・パセリ・粉チーズ/小松菜・コン・白ごま・醤油                            |
| <b>28</b><br>和風そぼろごはん<br>味噌汁<br>揚げいわしハンバーグ<br>(照り焼きソース)<br><br>白飯・鶏肉・豆腐・切り干し大根・椎茸・白ごま・生姜・ごぼう・人参・味噌・醤油・油揚げ・ひじき・一味/高野豆腐・小松菜・味噌/いわしハンバーグ(加工品)・醤油・片栗粉            | <b>29</b><br>醤油ラーメン<br>チーズポテト焼き<br>パイン缶<br><br>ラーメン・豚肉・トマト・生姜・にんにく・醤油・つと・もやし・玉ねぎ・人参・長ねぎ・ほうれん草・茎わかめ/じゃがいも・バター・牛乳・チーズ                                                     | <b>30</b><br>小松菜とじゃこのチャーハン<br>十勝大豆コロッケ<br>フルーツミックス<br><br>胚芽精米・大麦・ごま油・豚肉・人参・玉ねぎ・にんにく・醤油・小松菜・かたくちいわし・生姜/十勝大豆コロッケ(加工品)/みかん缶・パイン缶・黄桃缶・梨缶・夏みかん缶    | <b>10/1</b><br>白飯<br>豆腐のトロトロ煮<br>ひじき春巻き<br>ナムル<br><br>豆腐・鶏肉・小松菜・長ねぎ・人参・生姜・にんにく・醤油・片栗粉/ひじき春巻き(加工品)/ナムル・ほうれん草・もやし・人参・醤油・豆板醤・白ごま                  | <b>10/2</b><br>豆パン<br>あさりのチャウダー<br>厚揚げサラダ<br>梨<br><br>あさり・ベーコン・じゃがいも・玉ねぎ・人参・パセリ・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・スライス/チーズ/厚揚げ・生姜・醤油・片栗粉・小麦粉・キャベツ・きゅうり・人参・ごま油・白ごま                         |