

月	火	水	木	金																																																				
			<b>献立表のアレルギー表示について</b>																																																					
			<p>・使用材料の左側に、「卵(魚卵は含まない)・乳・小麦・えび」のいずれかが使用されている場合には、その旨を表記しています。</p> <p>・米粉パンには、小麦由来の成分が入っています。</p> <p>・海産物、海産加工品は、えび・かきが生息する域で採取している場合があります。また、えび・かきを捕食している場合があります。</p> <p>・13日(水)と28日(木)の  は、アレルギー対応食を表しています。</p> <p>・食物アレルギー等の健康上の理由により、加工品の詳しい内容をお知りになりたい方は、学校を通じて「学校給食加工食品配合表等配布申請書」を給食センターへ提出してください。</p>																																																					
			<p>◆おはしは、家から持ってきてください。</p> <p>◆食事の前には、手をきれいに洗いましょう。</p> <p>◆パンの種類および使用食品は、都合により変更することがあります。</p> <p>◆給食の食材につきましては、納品業者等と連携し、安全性に考慮し提供しています。</p> <p>◆お米につきましては、現在、北海道産のななつぼしを使用しています。</p> <p>◆野菜等につきましては、地場産の野菜を優先的に使用していますが、産地をすべて確認し安全な食材の提供につとめています。</p> <p>◆牛肉については、現在個体識別番号を確認し、安全な牛肉を使用しています。</p> <p>◆20日(水)のポークカレーの☆印は、ラッキーにんじんが入る日を表しています。</p> <p>◆29日(金)のゼリーは、業者が直接学校へ配送します。</p>																																																					
			<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>カルシウム</th> <th>マグネシウム</th> <th>鉄</th> <th>ビタミンA</th> <th>ビタミンB1</th> <th>ビタミンB2</th> <th>ビタミンC</th> <th>食物繊維</th> <th>食塩相当量</th> </tr> <tr> <th></th> <th>kcal</th> <th>g</th> <th>g</th> <th>mg</th> <th>mg</th> <th>mg</th> <th>μgRAE</th> <th>mg</th> <th>mg</th> <th>mg</th> <th>g</th> <th>g</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>学校給食摂取基準(8~9才)</td> <td>650</td> <td>エネルギーの13~20%</td> <td>エネルギーの20~30%</td> <td>350</td> <td>50</td> <td>3.0</td> <td>200</td> <td>0.40</td> <td>0.40</td> <td>25</td> <td>4.5以上</td> <td>2.0未満</td> </tr> <tr> <td>8・9月分平均栄養量</td> <td>591</td> <td>23.5(15.9%)</td> <td>19.5g(29.7%)</td> <td>292</td> <td>75</td> <td>2.2</td> <td>182</td> <td>0.49</td> <td>0.53</td> <td>23</td> <td>5.3</td> <td>2.1</td> </tr> </tbody> </table>			エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量		kcal	g	g	mg	mg	mg	μgRAE	mg	mg	mg	g	g	学校給食摂取基準(8~9才)	650	エネルギーの13~20%	エネルギーの20~30%	350	50	3.0	200	0.40	0.40	25	4.5以上	2.0未満	8・9月分平均栄養量	591	23.5(15.9%)	19.5g(29.7%)	292	75	2.2	182	0.49	0.53	23	5.3	2.1
	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量																																												
	kcal	g	g	mg	mg	mg	μgRAE	mg	mg	mg	g	g																																												
学校給食摂取基準(8~9才)	650	エネルギーの13~20%	エネルギーの20~30%	350	50	3.0	200	0.40	0.40	25	4.5以上	2.0未満																																												
8・9月分平均栄養量	591	23.5(15.9%)	19.5g(29.7%)	292	75	2.2	182	0.49	0.53	23	5.3	2.1																																												



- ◆おはしは、家から持ってきてください。
- ◆食事の前には、手をきれいに洗いましょう。
- ◆パンの種類および使用食品は、都合により変更することがあります。
- ◆給食の食材につきましては、納品業者等と連携し、安全性に考慮し提供しています。
- ◆お米につきましては、現在、北海道産のななつぼしを使用しています。
- ◆野菜等につきましては、地場産の野菜を優先的に使用していますが、産地をすべて確認し安全な食材の提供につとめています。
- ◆牛肉については、現在個体識別番号を確認し、安全な牛肉を使用しています。
- ◆20日(水)のポークカレーの☆印は、ラッキーにんじんが入る日を表しています。
- ◆29日(金)のゼリーは、業者が直接学校へ配送します。



29日	30日	31日	1日	
<p><b>29日</b> (小麦・乳) コツペパン</p> <p><b>ビーンズシチュー</b></p> <p>ぎゅうにく 20 ひよこまめ 5 ミックスビーンズ 5 レンズまめ 10 たまねぎ 45 にんじん 15 エリンギ 10 ポークパイオン 10 小麦 デミグラスソース 30 あかワイン 1.5 ローリエ 0.02 こしょう 0.03 トマトケチャップ 6 とんかつソース 3 しお 0.3 なたねあぶら 0.2 小麦 こわぎこ 0.5 みず 40</p> <p><b>ポテトサラダ</b></p> <p>ツナ 5 じゃがいも 40 ホールコーン 5 しお 0.05 ノンエッグマヨネーズ 5</p> <p><b>かぼちやの そぼろ煮</b></p> <p>ぶたミンチ 25 小麦 うすくちしょうゆ 0.3 かぼちや 20 じゃがいも 20 だいこん 35 たまねぎ 30 にんじん 10 つちしょうが 0.5 おさけ 1 しお 0.15 小麦 うすくちしょうゆ 4 さとう 1.5 なたねあぶら 0.2 でんぷん 1 けずりぶし 0.7 みず 40</p> <p><b>ご飯</b></p> <p>ますの塩焼き</p> <p>ますのしおやき (40g) 1コ</p> <p><b>ミニぶどうゼリー(22g)</b></p> <p>1コ</p> <p><b>(乳)牛乳</b> 1本</p>	<p><b>30日</b> (小麦・乳) ココアパン</p> <p><b>ベジタスープ</b></p> <p>ロースハム 10 たまねぎ 20 キャベツ 30 もやし 10 にんじん 10 あおねぎ 5 ホールコーン 10 しろワイン 1 やさいパイオン 10 こしょう 0.02 しお 0.5 小麦 うすくちしょうゆ 1 みず 80</p> <p><b>じゃがいもの チリソース煮</b></p> <p>とりにく 10 じゃがいも 25 たまねぎ 5 なす 5 さとう 0.7 小麦 うすくちしょうゆ 1.1 トウバンジャン 0.04 なたねあぶら 0.2</p> <p><b>ご飯</b></p> <p>鶏手揚げとごぼうの煮物</p> <p>きぬあつあげ 30 ぶたにく 20 じゃがいも 30 たまねぎ 20 にんじん 5 こまつな 5 らんぎりごぼう 15 おさけ 1 みりん 1 小麦 うすくちしょうゆ 4.5 さとう 3 しお 0.1 なたねあぶら 0.2 けずりぶし 0.7 みず 40</p> <p><b>チキンサラダ</b></p> <p>とりほぐし 15 キャベツ 20 にんじん 5 小麦 こいくちしょうゆ 1.4 さとう 0.4 す 1.4 なたねあぶら 0.4</p> <p><b>(乳)牛乳</b> 1本</p>	<p><b>31日</b> (小麦・乳) ココアパン</p> <p><b>ベジタスープ</b></p> <p>ロースハム 10 たまねぎ 20 キャベツ 30 もやし 10 にんじん 10 あおねぎ 5 ホールコーン 10 しろワイン 1 やさいパイオン 10 こしょう 0.02 しお 0.5 小麦 うすくちしょうゆ 1 みず 80</p> <p><b>じゃがいもの チリソース煮</b></p> <p>とりにく 10 じゃがいも 25 たまねぎ 5 なす 5 さとう 0.7 小麦 うすくちしょうゆ 1.1 トウバンジャン 0.04 なたねあぶら 0.2</p> <p><b>ご飯</b></p> <p>鶏手揚げとごぼうの煮物</p> <p>きぬあつあげ 30 ぶたにく 20 じゃがいも 30 たまねぎ 20 にんじん 5 こまつな 5 らんぎりごぼう 15 おさけ 1 みりん 1 小麦 うすくちしょうゆ 4.5 さとう 3 しお 0.1 なたねあぶら 0.2 けずりぶし 0.7 みず 40</p> <p><b>チキンサラダ</b></p> <p>とりほぐし 15 キャベツ 20 にんじん 5 小麦 こいくちしょうゆ 1.4 さとう 0.4 す 1.4 なたねあぶら 0.4</p> <p><b>(乳)牛乳</b> 1本</p>	<p><b>1日</b> (小麦・乳) ココアパン</p> <p><b>ベジタスープ</b></p> <p>ロースハム 10 たまねぎ 20 キャベツ 30 もやし 10 にんじん 10 あおねぎ 5 ホールコーン 10 しろワイン 1 やさいパイオン 10 こしょう 0.02 しお 0.5 小麦 うすくちしょうゆ 1 みず 80</p> <p><b>じゃがいもの チリソース煮</b></p> <p>とりにく 10 じゃがいも 25 たまねぎ 5 なす 5 さとう 0.7 小麦 うすくちしょうゆ 1.1 トウバンジャン 0.04 なたねあぶら 0.2</p> <p><b>ご飯</b></p> <p>鶏手揚げとごぼうの煮物</p> <p>きぬあつあげ 30 ぶたにく 20 じゃがいも 30 たまねぎ 20 にんじん 5 こまつな 5 らんぎりごぼう 15 おさけ 1 みりん 1 小麦 うすくちしょうゆ 4.5 さとう 3 しお 0.1 なたねあぶら 0.2 けずりぶし 0.7 みず 40</p> <p><b>チキンサラダ</b></p> <p>とりほぐし 15 キャベツ 20 にんじん 5 小麦 こいくちしょうゆ 1.4 さとう 0.4 す 1.4 なたねあぶら 0.4</p> <p><b>(乳)牛乳</b> 1本</p>	
<p><b>4日</b> (小麦・乳) ココアパン</p> <p><b>関東煮</b></p> <p>とりにく 20 ごぼうてん 10 ちくわ 10 こんにやく 15 じゃがいも 50 だいこん 30 にんじん 10 おさけ 1 さとう 3 小麦 こいくちしょうゆ 4 しお 0.1 なたねあぶら 0.2 けずりぶし 0.7 みず 40</p> <p><b>さばのおろしがけ</b></p> <p>さばきりみ (40g) 1コ だいこんおろし 9 みりん 1.2 ゆずかじゅう 0.9 小麦 うすくちしょうゆ 2.3 す 1</p> <p><b>もずくスープ</b></p> <p>ロースハム 15 もずく 5 たまねぎ 25 チンゲンサイ 15 にんじん 5 もやし 10 エリンギ 5 つちしょうが 0.5 こしょう 0.02 チキンスープ 5.5 小麦 うすくちしょうゆ 3 しお 0.1 みず 100</p> <p><b>ジャーマンポテト</b></p> <p>ベーコン 10 じゃがいも 40 たまねぎ 10 しお 0.1 こしょう 0.02</p> <p><b>けんちん汁</b></p> <p>とりにく 15 どうふ 15 あぶらあげ 5 だいこん 15 にんじん 10 あおねぎ 3 ささがきごぼう 10 みりん 1 小麦 こいくちしょうゆ 5 しお 0.1 ごまあぶら 0.15 けずりぶし 1.7 みず 100</p> <p><b>ご飯</b></p> <p>豚丼</p> <p>ぶたにく 30 いとこんにやく 10 たまねぎ 25 みりん 0.5 おさけ 1.1 さとう 2.1 小麦 こいくちしょうゆ 4.2 なたねあぶら 0.2</p> <p><b>(乳)牛乳</b> 1本</p>	<p><b>5日</b> (小麦・乳) パインパン</p> <p><b>関東煮</b></p> <p>とりにく 20 ごぼうてん 10 ちくわ 10 こんにやく 15 じゃがいも 50 だいこん 30 にんじん 10 おさけ 1 さとう 3 小麦 こいくちしょうゆ 4 しお 0.1 なたねあぶら 0.2 けずりぶし 0.7 みず 40</p> <p><b>さばのおろしがけ</b></p> <p>さばきりみ (40g) 1コ だいこんおろし 9 みりん 1.2 ゆずかじゅう 0.9 小麦 うすくちしょうゆ 2.3 す 1</p> <p><b>もずくスープ</b></p> <p>ロースハム 15 もずく 5 たまねぎ 25 チンゲンサイ 15 にんじん 5 もやし 10 エリンギ 5 つちしょうが 0.5 こしょう 0.02 チキンスープ 5.5 小麦 うすくちしょうゆ 3 しお 0.1 みず 100</p> <p><b>ジャーマンポテト</b></p> <p>ベーコン 10 じゃがいも 40 たまねぎ 10 しお 0.1 こしょう 0.02</p> <p><b>けんちん汁</b></p> <p>とりにく 15 どうふ 15 あぶらあげ 5 だいこん 15 にんじん 10 あおねぎ 3 ささがきごぼう 10 みりん 1 小麦 こいくちしょうゆ 5 しお 0.1 ごまあぶら 0.15 けずりぶし 1.7 みず 100</p> <p><b>ご飯</b></p> <p>豚丼</p> <p>ぶたにく 30 いとこんにやく 10 たまねぎ 25 みりん 0.5 おさけ 1.1 さとう 2.1 小麦 こいくちしょうゆ 4.2 なたねあぶら 0.2</p> <p><b>(乳)牛乳</b> 1本</p>	<p><b>6日</b> (小麦・乳) パインパン</p> <p><b>関東煮</b></p> <p>とりにく 20 ごぼうてん 10 ちくわ 10 こんにやく 15 じゃがいも 50 だいこん 30 にんじん 10 おさけ 1 さとう 3 小麦 こいくちしょうゆ 4 しお 0.1 なたねあぶら 0.2 けずりぶし 0.7 みず 40</p> <p><b>さばのおろしがけ</b></p> <p>さばきりみ (40g) 1コ だいこんおろし 9 みりん 1.2 ゆずかじゅう 0.9 小麦 うすくちしょうゆ 2.3 す 1</p> <p><b>もずくスープ</b></p> <p>ロースハム 15 もずく 5 たまねぎ 25 チンゲンサイ 15 にんじん 5 もやし 10 エリンギ 5 つちしょうが 0.5 こしょう 0.02 チキンスープ 5.5 小麦 うすくちしょうゆ 3 しお 0.1 みず 100</p> <p><b>ジャーマンポテト</b></p> <p>ベーコン 10 じゃがいも 40 たまねぎ 10 しお 0.1 こしょう 0.02</p> <p><b>けんちん汁</b></p> <p>とりにく 15 どうふ 15 あぶらあげ 5 だいこん 15 にんじん 10 あおねぎ 3 ささがきごぼう 10 みりん 1 小麦 こいくちしょうゆ 5 しお 0.1 ごまあぶら 0.15 けずりぶし 1.7 みず 100</p> <p><b>ご飯</b></p> <p>豚丼</p> <p>ぶたにく 30 いとこんにやく 10 たまねぎ 25 みりん 0.5 おさけ 1.1 さとう 2.1 小麦 こいくちしょうゆ 4.2 なたねあぶら 0.2</p> <p><b>(乳)牛乳</b> 1本</p>	<p><b>7日</b> (小麦・乳) 黒糖パン</p> <p><b>関東煮</b></p> <p>とりにく 20 ごぼうてん 10 ちくわ 10 こんにやく 15 じゃがいも 50 だいこん 30 にんじん 10 おさけ 1 さとう 3 小麦 こいくちしょうゆ 4 しお 0.1 なたねあぶら 0.2 けずりぶし 0.7 みず 40</p> <p><b>さばのおろしがけ</b></p> <p>さばきりみ (40g) 1コ だいこんおろし 9 みりん 1.2 ゆずかじゅう 0.9 小麦 うすくちしょうゆ 2.3 す 1</p> <p><b>もずくスープ</b></p> <p>ロースハム 15 もずく 5 たまねぎ 25 チンゲンサイ 15 にんじん 5 もやし 10 エリンギ 5 つちしょうが 0.5 こしょう 0.02 チキンスープ 5.5 小麦 うすくちしょうゆ 3 しお 0.1 みず 100</p> <p><b>ジャーマンポテト</b></p> <p>ベーコン 10 じゃがいも 40 たまねぎ 10 しお 0.1 こしょう 0.02</p> <p><b>けんちん汁</b></p> <p>とりにく 15 どうふ 15 あぶらあげ 5 だいこん 15 にんじん 10 あおねぎ 3 ささがきごぼう 10 みりん 1 小麦 こいくちしょうゆ 5 しお 0.1 ごまあぶら 0.15 けずりぶし 1.7 みず 100</p> <p><b>ご飯</b></p> <p>豚丼</p> <p>ぶたにく 30 いとこんにやく 10 たまねぎ 25 みりん 0.5 おさけ 1.1 さとう 2.1 小麦 こいくちしょうゆ 4.2 なたねあぶら 0.2</p> <p><b>(乳)牛乳</b> 1本</p>	<p><b>8日</b> (小麦・乳) 黒糖パン</p> <p><b>関東煮</b></p> <p>とりにく 20 ごぼうてん 10 ちくわ 10 こんにやく 15 じゃがいも 50 だいこん 30 にんじん 10 おさけ 1 さとう 3 小麦 こいくちしょうゆ 4 しお 0.1 なたねあぶら 0.2 けずりぶし 0.7 みず 40</p> <p><b>さばのおろしがけ</b></p> <p>さばきりみ (40g) 1コ だいこんおろし 9 みりん 1.2 ゆずかじゅう 0.9 小麦 うすくちしょうゆ 2.3 す 1</p> <p><b>もずくスープ</b></p> <p>ロースハム 15 もずく 5 たまねぎ 25 チンゲンサイ 15 にんじん 5 もやし 10 エリンギ 5 つちしょうが 0.5 こしょう 0.02 チキンスープ 5.5 小麦 うすくちしょうゆ 3 しお 0.1 みず 100</p> <p><b>ジャーマンポテト</b></p> <p>ベーコン 10 じゃがいも 40 たまねぎ 10 しお 0.1 こしょう 0.02</p> <p><b>けんちん汁</b></p> <p>とりにく 15 どうふ 15 あぶらあげ 5 だいこん 15 にんじん 10 あおねぎ 3 ささがきごぼう 10 みりん 1 小麦 こいくちしょうゆ 5 しお 0.1 ごまあぶら 0.15 けずりぶし 1.7 みず 100</p> <p><b>ご飯</b></p> <p>豚丼</p> <p>ぶたにく 30 いとこんにやく 10 たまねぎ 25 みりん 0.5 おさけ 1.1 さとう 2.1 小麦 こいくちしょうゆ 4.2 なたねあぶら 0.2</p> <p><b>(乳)牛乳</b> 1本</p>

ごはんのせて  
食べるとおいしいよ。

