

<p>2日 ・ごもくうどん うどん・なると・油揚げ・鶏肉・人参・長葱・小松菜・干椎茸・醤油・本てり・めんつゆ・かつおだし・食塩</p> <p>・べつかいぎゅうにゅう ・しろみざかなフライ 白身魚フライ・キャノーラ油</p> <p>・ととやき ととやき(チョコレートクリーム)</p> 	<p>3日 ・べつかいほっきカレー 精白米・麦・野付産ほっき・じゃがいも・人参・生姜・玉葱・にんにく・カレールー(B・I)・米油</p> <p>・べつかいぎゅうにゅう ・ふくじんづけ 福神漬け</p> <p>・さつまいもスティック さつまいもスティック</p> 	<p>4日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・とうふとねぎのみそしる 木綿豆腐・長葱・かつおだし・白味噌</p> <p>・じゃがいものなんばんに じゃがいも・豚肉・玉葱・人参・いんげん・さつま揚げ・つきこん・生姜・豆板醤・粉唐辛子・本てり・赤味噌・三温糖・醤油・米油</p> <p>・みそマヨサラダ キャベツ・焼き竹輪(N)・人参・エッグケアマヨネーズ・白味噌・醤油</p>	<p>5日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・とりにくとえのきのスープ 鶏肉・人参・長葱・えのき・白菜・シャンタン・食塩・醤油・米油</p> <p>・あげぎょうざ 幼1個・小中2個 OKギョーザ・キャノーラ油</p> <p>・マーボーどうふ 木綿豆腐・豚肉・人参・にら・長葱・干椎茸・にんにく・生姜・豆板醤・醤油・三温糖・酒・本てり・ケチャップ・赤味噌・でん粉・ごま油・米油</p> 	<p>6日 【黒豆の日】 ・コッペパン ・べつかいぎゅうにゅう ・くろまめきなこクリーム ・コーンポタージュ コーンペースト・コーン・コーンポタージュルー・玉葱・パセリ・別海牛乳・別海バター・小麦粉・コンソメ・こしょう・食塩</p> <p>・やさいとチキンのトマトに 鶏肉・キャベツ・玉葱・人参・ケチャップ・ウスターソース・三温糖・食塩・こしょう・オリーブ油</p> <p>・グリーンサラダ ブロッコリー・きゅうり・人参・イタリアンドレッシング</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

9日
・ジャージャー麺
中華麺・豚肉・長葱・人参・干椎茸・玉葱・筍・にんにく・生姜・酒・赤味噌・三温糖・本てり・豆板醤・醤油・でん粉・ごま油

・べつかいぎゅうにゅう
・かぼちゃひきにくフライ
かぼちゃひき肉フライ・キャノーラ油

・はちみつレモンゼリー
はちみつレモンゼリー



10日
・ごはん
・べつかいぎゅうにゅう
・キャベツとあぶらあげのみそしる
キャベツ・油揚げ・かつおだし・白味噌

・にしんのおろしに
道産にしんのおろし煮

・ひじきのいために
ひじき・鶏肉・油揚げ・ごぼう・人参・つきこん・醤油・三温糖・本てり・かつおだし・ごま油・米油

11日
・ごはん
・べつかいぎゅうにゅう
・オニオンスープ
玉葱・コンソメ・別海バター・乾燥パセリ・食塩

・オイスターいため
豚肉・玉葱・しめじ・ピーマン・パプリカ・オイスターソース・醤油・本てり・酒・三温糖・食塩・米油

・きりぼしだいこんとツナのサラダ
切干大根・きゅうり・人参・ツナ・和風ドレッシング

12日
★カラフルぶたどん
精白米・豚肉・玉葱・人参・いんげん・コーン・豚丼のたれ・米油

・べつかいぎゅうにゅう
・とうふとじゃがいものみそしる
じゃがいも・木綿豆腐・長葱・かつおだし・白味噌

・ハニーピーナッツ
ハニーピーナッツ



13日 【べつかい給食】
・ソフトフランスパン
・べつかいぎゅうにゅう
・ほたてのチャウダー
ベーコン(K)・野付産ほたて・玉葱・人参・別海バター・別海牛乳・小麦粉・パセリ・コンソメ・食塩・こしょう

・キャベツメンチカツ
キャベツメンチカツ・キャノーラ油

・フルーチェあえ
フルーチェ(イチゴ)・別海牛乳・黄桃缶・パイン缶・ナタデココ

16日

敬老の日



17日 【十五夜メニュー】
・かきあげどん
精白米・野菜かき揚げ・キャノーラ油

・てんどんのたれ
・べつかいぎゅうにゅう
・おつきみだんごじる
プチかぼちゃもち・鶏肉・大根・人参・干椎茸・長葱・醤油・めんつゆ・かつおだし・食塩

・じゅうごやデザート
十五夜デザート(2024)



18日
・ごはん
・べつかいぎゅうにゅう
・こんさいごまじる
豚肉・木綿豆腐・つきこん・大根・れんこん・人参・ごぼう・白ごま・かつおだし・白味噌

・とりにくのちょうせんやき
鶏肉・上白糖・粉唐辛子・白ごま・にんにく・酒・本てり・醤油・ごま油

・にんじんのソテー
人参・玉葱・ツナ・コンソメ・醤油・こしょう・食塩・米油

19日
・ごはん
・べつかいぎゅうにゅう
・たまねぎとはくさいのみそしる
玉葱・白菜・かつおだし・白味噌

・しょうがに
豚肉・玉葱・人参・生姜・三温糖・赤味噌・醤油・酒・米油

・さつまいもとえだまめのサラダ
さつまいもサラダ・枝豆

20日
・こくとうぱん
・べつかいぎゅうにゅう
・ミネストローネ
豚肉・人参・玉葱・じゃがいも・野菜クルルマカロニ・ダイストマト・にんにく・コンソメ・三温糖・こしょう・食塩・米油

・チキンナゲット 幼小2個・中3個
国産チキンナゲット・キャノーラ油

・やさいのガーリックバターソテー
ウインナー・キャベツ・人参・コーン・別海バター・コンソメ・にんにく・醤油・粗びきこしょう

23日

秋分の日

振替休日



24日
・ごはん
・べつかいぎゅうにゅう
・とうふとわかめのみそしる
木綿豆腐・わかめ・長葱・かつおだし・白味噌

・じゃがそばろ
豚肉・じゃがいも・人参・グリーンピース・生姜・白滝・醤油・三温糖・本てり・米油

・えだまめとチキンのサラダ
枝豆・キャベツ・きゅうり・ささみ・醤油・ごま油・中華ドレッシング

25日
・ごはん
・べつかいぎゅうにゅう
・ふとたまねぎのみそしる
豆麩・玉葱・かつおだし・白味噌

・とうふひじきハンバーグ
豆腐ひじきハンバーグ・醤油・三温糖・本てり・でん粉

・ちくわときのこのわふういため
焼き竹輪(N)・ほうれん草・コーン・しめじ・別海バター・めんつゆ・醤油・こしょう・食塩

26日
・ウインナーカレー
精白米・麦・ウインナー・じゃがいも・人参・生姜・玉葱・にんにく・カレールー(B・I)・米油

・べつかいぎゅうにゅう
・ふくじんづけ
福神漬け

・ゴマなしミニフィッシュ
ゴマなしミニフィッシュ



27日

別海牛乳がつきます☆

お弁当の日



30日
・とりとときのこのトマトソーススパゲティ
スパゲティ・オリーブ油・【ソース】ベーコン(N)・鶏肉・玉葱・人参・しめじ・マッシュルーム・ダイストマト・にんにく・トマトソース・パセリ・ケチャップ・ウスターソース・中濃ソース・コンソメ・赤ワイン・三温糖・こしょう・食塩

・べつかいぎゅうにゅう
・カレーコロッケ
ポテトコロッケ(カレー味)・キャノーラ油

・マスカットゼリー
カラフルゼリー(マスカット)

令和6年度 別海町学校給食センター

9がつのこんだて

3日の「ほっきカレー」のほっきは、野付漁協さんから無償で提供していただきました！1枚1枚でいいいに食べやすい大きさにスライスしてくださっています。ありがとうございます！
おいしい地元の海の幸をおなかいっぱい味わいましょう♪

～17日は「十五夜」です～

十五夜とは、1年で最も美しいとされている「中秋の名月」を鑑賞しながら、収穫などに感謝をする行事です。
17日の給食には、かぼちゃもちが入った「お月見団子汁」と「十五夜デザート」が登場します♪



<p>小学校低・中・高学年、中学生の月平均のエネルギー・たんぱく質・脂質を記載しています。</p>	<p>低</p> <p>エネルギー：606kcal たんぱく質：24.3g 脂質：21.4g</p>	<p>中</p> <p>エネルギー：640kcal たんぱく質：25.1g 脂質：21.6g</p>	<p>高</p> <p>エネルギー：670kcal たんぱく質：25.7g 脂質：21.8g</p>	<p>中学</p> <p>エネルギー：790kcal たんぱく質：30.0g 脂質：24.9g</p>
---------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------