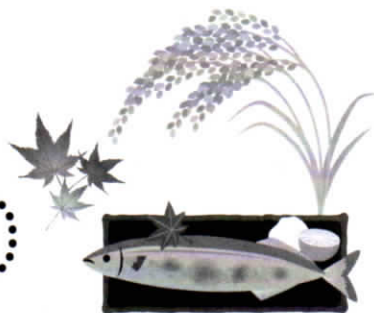




予定献立表

旬のものを食べよう



2017(平成29)年10月分(10月2日~31日20日間)

富良野学校給食センター

月	火	水	木	金
2 ・みそ汁 ・野菜の コチュジャン炒め ・ケチャップ肉団子 <small>小 658 中 822</small>	3 ・ポトフ ・和風 きのこスパゲッティ ・若鶏の レモンバジル焼き <small>小 506 中 605</small>	4 ・ポークカレー ・オムレツ <small>小 893 中 1027</small>	5 ・塩ラーメン ・キャベツ餃子 <small>小 591 中 694</small>	6 ・和梨ゼリー <small>紙スプーン</small>
10月4日のカレーに使われている「じゃがいも」は、山部小学校5・6年生が育て、収穫しました。 みなさんにも食べていただきたいと寄贈して頂きました。	10月4日のカレーに使われている「じゃがいも」は、山部小学校5・6年生が育て、収穫しました。 みなさんにも食べていただきたいと寄贈して頂きました。	今年のお月見は、10月4日です。お月見には、団子やもち、スキヤリなどをお供えて月を眺める地域が多いです。今日は、お月見にちなみ、フルーツ白玉を出しました。	日本には、「赤梨」と「青梨」があり、「赤梨」は豊水・幸水などで皮が茶色です。「青梨」は二十世紀などの皮が緑色です。旬の梨をゼリーで味わってください。	
9 体育の日 太字は、リクエストメニューです。 <small>山部小学校、宇文小学校、占冠中央小学校から、リクエストをいただきました。ありがとうございます。</small> ☆印は、新メニューです。 当センターでは、単品での「揚げ物・蒸し物・焼き物」について、食品表示法による表示義務の対象となっている食品7品目(卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生)の内容を表示しますので参考にしてください。	10 ・クリーム オニオンスープ ・大根のイタリアンソテー ・チキンオープン焼き <small>小 549 中 625</small>	11 ☆寒天スープ ・ピビンパ丼 ・はんぺんフライ <small>小 782 中 905</small>	12 ・焼きうどん ・お好み焼き ・みかんヨーグルト ・パックソース <small>小 633 中 746</small>	13 ・石狩汁 ・切干大根の炒め煮 ・ねぎ入り厚焼き玉子 ・野菜カレーふりかけ <small>小 681 中 785</small>
16 ・きのこ汁 ・かぼちゃのそぼろ煮 ・シマホッケの甘塩焼き <small>小 628 中 734</small>	17 ☆まめな チキンクリームシチュー ・もやしナポリタン ・サーモンチーズフライ <small>小 734 中 877</small>	18 ・チキンカレー ・ナタデココ入り まぜまぜゼリー ・ハンバーグ <small>小 901 中 1026</small>	19 ・みそラーメン ・チキンナゲット ・ぶどうゼリー <small>小 629 中 746</small>	20 ・きくらげともよしの スープ ・ビーフン炒め ・から饅頭 <small>小 707 中 898</small>
23 ・みそ汁 ・炒りどり ・さんまのおかか煮 <small>小 716 中 822</small>	24 ・秋いっぱいシチュー ☆セルラリ風味の カレーチャップ ・えびカツ <small>小 672 中 764</small>	25 ・豆腐入り中華スープ ・ガパオライス ・目玉焼き <small>小 706 中 827</small>	26 ・野菜あんかけうどん ・ずんだもち ・チーズかまぼこ <small>小 661 中 764</small>	27 ・みそ汁 ・ひじきと厚揚げの 炒め煮 ・チキン味噌カツ <small>小 661 中 749</small>
30 ・みそ汁 ☆マーボー DX ・中華しゅうまい <small>小 660 中 831</small>	31 ・樹海中かぼちゃ ポタージュスープ ・和風ツナスパゲッティ ・キャベツメンチカツ <small>小 734 中 858</small>	食にかかわる「ことわざ」"秋"編 濡れ手で粟 ◇濡れた手を粟の中に入れば、手には、たつぷりとたくさんの粟粒がついてくる。そのように苦労をしないで利益を得ることです。 ◇古くから五穀として、米、麦、粟、黍、豆があげられていました。豆は、大豆です。豆を除いて稗を入れることもあります。五穀は、五つの代表的な穀物というほかに、農作物全体を言うこともあります。「五穀豊穡」といえば、農作物の実りが豊かなこと、豊作のことをいいます。 ◇食欲の秋は実りの秋。野菜も果物も美味しく採れ、魚もたくさん獲れる、食べものが一番たくさんある季節です。四季がある日本だからこそ、たくさんの旬の食材に恵まれているのです。旬の食べものを食べて、食材から秋を感じたいですね。		

【お知らせ】 ① 献立は都合により、内容が一部変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。
 ② エネルギー量 (kcal) は、小は小学生・中は中学生の値です。カロリーばかりに気を取られることなく、バランスよく食べてしっかりと体づくりをしましょう。