



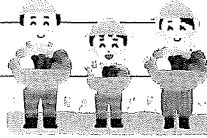
予定献立表

栄養素	今月の1食あたりの予定平均摂取量	
	小学生(中学年)	中学生
エネルギー kcal	664	772
たんぱく質 g	26.3	30.1
脂 質 g	21.9	24.3
炭水化物 g	90.4	108.2
食塩相当量g (塩の汁も含む)	2.56	3.18



ホームページにて予定献立表・使用予定食材産地・給食だりの情報公開をしています。

今月の目標 地域の食材を知ろう



2022(令和4)年9月1日~30日(20日間)

月	火	水	木	金
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <h3>地域の食材を知ろう</h3> <p>6日・9日の2日間は、年に一度の「ふるさと給食」です!</p> <p>豆腐のホワイトソースグラタンや富良野オムカレーなどが登場します。ふるの地域で育まれた、おいしい食べ物たち。それらをふんだんに使った献立になっています。実り豊かなふるの地域の素晴らしさを感じてくれたらうれしいです。生産者の方々がどんな気持ちで作ってくださったのか、思いをめぐらせながらいただきます。詳しくは、別で配布される資料をご覧ください。</p> </div> <div style="width: 45%; text-align: right;"> </div> </div>				
5 ごはん 牛乳 根菜のごま汁 もやしのネギ塩炒め いわしの梅煮	6 ふらの牛乳のミルクパン 牛乳 ☆ふらの野菜とベーコンのスープ ☆豆腐のホワイトソースグラタン ☆上富良野ポークカツ ☆富良野産小麦のココアクッキー (一食包装) ふるさと給食	7 ごはん 牛乳 中華コーンスープ 豚肉と野菜のピリ辛炒め 甘酢チキン (2個)	8 ごはん 牛乳 焼きそば 海鮮みそラーメン みたらし団子 スティックチーズ (一食包装) <i>少し早いですが十五夜メニューです</i>	2 ごはん 牛乳 ☆小松菜ときのこの卵とじスープ プロッコリーとささみのソテー 照り焼きハンバーグ
12 ごはん 牛乳 みそ汁 豚丼 りんごジャムパイ	13 黒糖パン 牛乳 彩りチャウダー チキンチャップ コーンたっぷりフライ	14 ごはん 牛乳 みそ汁 大豆の磯煮 野菜いろいろ肉団子 (小1個・中2個)	15 ごはん 牛乳 昆布うどん 大餃子 (小1個・中2個) パンケーキ (一食包装)	16 ごはん 牛乳 すまし汁 キャベツとじゃがいものみそ煮 さばの塩焼き
19 敬老の日 太字は、リクエストメニューです。 ☆印は、新メニューです。 単品での揚げ物・蒸し物・焼き物および一食包装のものを除き、料理名の下に使用食材名を記載しております。	20 かぼちゃパン 牛乳 キャベツのポトフ 和風きのこスパゲッティ ☆サクサクメンチカツ	21 ごはん 牛乳 ☆秋の恵みカレー フルーツヨーグルト和え ほうれん草オムレツ	22 ごはん 牛乳 かき玉塩ラーメン かぼちゃひき肉フライ チョコウエハース (一食包装)	23 秋分の日 一言メモ 2日(金)「小松菜ときのこの卵とじスープ」 2日(金)は栄養教諭教育実習生の福加奈さんが考えた献立です。新メニューの「小松菜ときのこの卵とじスープ」も考えてくれました。<福加奈さんの一言>「みなさんのお口に合うように工夫して考えたので、残さず食べてくれると嬉しいです!」
26 ごはん 牛乳 もずくスープ 根菜のチャプチェ ☆えび海鮮餃子 (2個)	27 ごはん 牛乳 グリーンチャウダー なすときのこのポロネーゼ チキンのオープン焼き	28 ごはん 牛乳 みそ汁 甘酢あんかけ丼 ほっけの甘塩焼き	29 ごはん 牛乳 カレーうどん ちくわ磯辺揚げ グレープゼリー (一食包装)	30 ごはん 牛乳 みそ汁 大根と豚肉のガーリック炒め 五目厚焼き玉子 のり佃煮 (一食包装)

* 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。