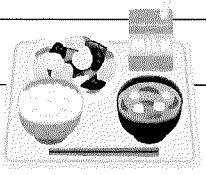




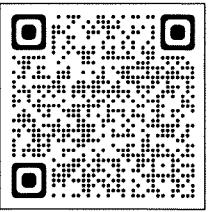
# 9月 予定献立表

今月の目標 **地域の食材を知ろう**



2023(令和5)年9月1日~29日(20日間)

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	645	758
たんぱく質 g	25.0	28.8
脂質 g	20.9	23.5
炭水化物 g	89.2	107.8
食塩相当量 g (糖の汁も含む)	2.55	2.97



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

月	火	水	木	金
<p><b>地域の食材を知ろう</b></p> <p>6日・14日の2日間は、年に一度の「ふるさと給食」です！</p> <p>富良野の野菜やふらの地域産の食材が豊富です。ふらの地域で育まれた、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。実り豊かなふらの地域の素晴らしさを感じてくれたら嬉しいです。生産者など関わってくれた方々の気持ちに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>				
<p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>みそ汁</p> <p>たまねぎ はくさい わかめ</p> <p>鶏ごぼう炒め</p> <p>とりにく ごぼう にんじん こんにやく いんげん ごま</p> <p>ほっけの塩麹焼き</p>	<p>4</p> <p>コッペパン (背割り)</p> <p>牛乳</p> <p>グリーンチャウダー</p> <p>ブロッコリー えだまめ ほうれんそう</p> <p>とりにく たまねぎ じゃがいも パセリ</p> <p>スラッピージョー</p> <p>ぶたにく だいずたんぱく ぶたしパーチップ</p> <p>たまねぎ にんじん ピーマン チーズ</p> <p>チキンナゲット</p> <p>(小1個・中2個)</p>	<p>5</p> <p>ごはん</p> <p>ふらの牛乳</p> <p>富良野オムカレー</p> <p>ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん</p> <p>ミニトマト (生)</p> <p>さくら卵のオムレツ</p> <p>やまべ ぎんまい</p> <p>山部三味</p> <p><b>ふるさと給食</b></p>	<p>6</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>きつねもちうどん</p> <p>ぶたにく だいこん たまねぎ にんじん</p> <p>ながねぎ なたまけ</p> <p>きつねもち</p> <p>焼きプリンタルト</p> <p>(一食包装)</p>	<p>7</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>☆かき玉スープ</p> <p>たまご とうふ にんじん たまねぎ</p> <p>ながねぎ こまつな しいたけ</p> <p>肉団子の酢豚風</p> <p>にくだんご きつねたれ</p> <p>たけのこ きくらげ</p> <p>ひじき餃子</p> <p>(小1個・中2個)</p>
<p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>みそ汁</p> <p>もやし あぶらあげ にんじん</p> <p>豚丼</p> <p>ぶたにく ぶなしめじ たまねぎ いんげん</p> <p>☆さつまいもとりにくのパイ</p> <p>パイシート さつまいも りんご</p>	<p>11</p> <p>米粉コッペパン</p> <p>牛乳</p> <p>キャベツのポトフ</p> <p>キャベツ だいこん たまねぎ にんじん</p> <p>えだまめ ウィンナー</p> <p>なすとこのこのボロネーゼ</p> <p>スパゲッティ なす マッシュルーム ぶたにく</p> <p>ぶたしパーチップ たまねぎ ピーマン</p> <p>グリルチキン</p>	<p>12</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>みそ汁</p> <p>たまねぎ えのきたけ ごぼう</p> <p>じゃがいものそぼろ煮</p> <p>じゃがいも ぶたにく いんげん</p> <p>さばの塩焼き</p>	<p>13</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>☆ふらの野菜たっぷりみそラーメン</p> <p>ぶたにく キャベツ ねまがりたけ にんじん</p> <p>たまねぎ ながねぎ</p> <p>☆コーンなトマトチーズ蒸しパン</p> <p>コーン チーズ</p> <p>☆エゾ鹿肉カルパス</p> <p>(2個・一食包装)</p> <p><b>ふるさと給食</b></p>	<p>14</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>みそ汁</p> <p>だいこん なめこ ながねぎ</p> <p>厚揚げともやしのキムチ炒め</p> <p>あつあげ はくさい もやし にんじん たら</p> <p>鶏そぼろと大豆のたまご焼き</p>
<p>敬老の日</p> <p>18</p> <p>○太字は、リクエストメニューです。</p> <p>富良野小学校、鳥沼小学校、中富良野小学校、あひながしやうがっこう、うみんしやうがっこう、野小学校、旭中小学校、宇文小学校、しらかばがっこう、ふらのにんしやうがっこう、占冠中央小学校、富良野西中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。</p> <p>☆印は、新メニューです。</p> <p>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。</p>	<p>19</p> <p>バターパン</p> <p>牛乳</p> <p>☆ほうれん草と米粉のクリームスープ</p> <p>とりにく たまねぎ にんじん ほうれんそう</p> <p>マッシュルーム</p> <p>ウィンナーポテト炒め</p> <p>じゃがいも カットウィンナー パセリ</p> <p>白身魚フライ</p>	<p>20</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>具だくさんみそ汁</p> <p>さといも たまねぎ ながねぎ まいたけ</p> <p>はくさい</p> <p>大豆の磯煮</p> <p>ひじき ぶたにく こんにやく だいず</p> <p>えだまめ にんじん</p> <p>若鶏のごま照り焼き</p>	<p>21</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>焼きそば</p> <p>ぶたにく ウィンナー なたまけ にんじん</p> <p>キャベツ たまねぎ もやし あおのり</p> <p>花しゅうまい</p> <p>(小1個・中2個)</p> <p>☆つぶつぶレモンゼリー</p> <p>(一食包装)</p>	<p>22</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>カロテンカレー</p> <p>とりにく かぼちゃ こまつな トマト</p> <p>たまねぎ にんじん</p> <p>フルーツカクテル</p> <p>りんご もも パイン みかん</p> <p>ピーナゼゼリー カクテルゼリー</p> <p>ケチャップ肉団子</p>
<p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>みそ汁</p> <p>じゃがいも キャベツ あぶらあげ</p> <p>大根と豚肉のガーリック炒め</p> <p>ぶたにく だいこん いんげん</p> <p>いわしの梅煮</p>	<p>25</p> <p>かぼちゃパン</p> <p>牛乳</p> <p>白菜スープ</p> <p>はくさい たまねぎ にんじん ごぼう</p> <p>スパゲッティカルボナーラ</p> <p>スパゲッティ ペーコン たまねぎ パセリ</p> <p>☆キャベツメンチ</p>	<p>26</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>とろりめかぶのワンタンスープ</p> <p>めかぶ ワンタン なたまけ しいたけ</p> <p>たまねぎ にんじん ハム</p> <p>回鍋肉</p> <p>ぶたにく キャベツ ピーマン あかピーマン</p> <p>甘酢チキン</p> <p>(小1個・中2個)</p>	<p>27</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>きのこうどん</p> <p>とりにく たまねぎ ぶなしめじ えのきたけ</p> <p>まいたけ にんじん ながねぎ</p> <p>みたらし団子</p> <p>しらたまもち</p> <p>1日早い十五夜メニューです！</p> <p>型抜きチーズ</p> <p>(一食包装)</p>	<p>28</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>けんちん汁</p> <p>とうふ にんじん ごぼう だいこん</p> <p>ぶなしめじ あぶらあげ</p> <p>ふきの炒め煮</p> <p>さつき ぶたにく こんにやく たけのこ</p> <p>みそカツ丼</p> <p>(小1個・中2個)</p>
<p>29</p> <p>ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>みそカツ丼</p> <p>(小1個・中2個)</p>				

\*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。

\*焼魚や煮魚には骨があります。注意して食べましょう。