

日	曜	献立名	材料	日	曜	献立名	材料	日	曜	献立名	材料	日	曜	献立名	材料															
令和8年度																														
こんだてひょう 10月 【 10 月の平均栄養価 】 <table><tr><th></th><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>塩分</th></tr><tr><td>小学校</td><td>667kcal</td><td>26.1g</td><td>21.6g</td><td>3.18g</td></tr><tr><td>中学校</td><td>775kcal</td><td>29.4g</td><td>23.5g</td><td>3.76g</td></tr></table> 小学校 (Aコース) 食育もくひょう 地場産物を知ろう 給食もくひょう 給食を味わって食べよう 今日の地場産物 米・米粉・小麦粉・大豆 手作りみそ・キャベツ・きゅうり ヤーコン・玉ねぎ・長ねぎ・白菜																	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分	小学校	667kcal	26.1g	21.6g	3.18g	中学校	775kcal	29.4g	23.5g	3.76g
	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分																										
小学校	667kcal	26.1g	21.6g	3.18g																										
中学校	775kcal	29.4g	23.5g	3.76g																										
5月	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	6火	黒糖パン	小麦粉 (岩見沢産キタノカオリ)	7水	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	8木	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	9金	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)																
	野菜のごま汁	豆腐、玉ねぎ、大根 干しいたけ、長ねぎ みそ、白すりごま、酒 だし昆布、かつおだし		コンソメスープ	ベーコン、キャベツ セロリ、玉ねぎ、人参 白ワイン、鶏がらスープ コンソメ、こしょう、塩		ポークカレー	豚もも肉、玉ねぎ、人参 じゃがいも、ローリエ オールスパイス、にんにく しょうが、トマトケチャップ ウスターソース、赤ワイン カレールー、鶏がらスープ チャツネ、米油		かぼちゃ団子汁	かぼちゃもち、油揚げ、人参 玉ねぎ、長ねぎ、しょうゆ 塩、だし昆布、かつおだし																			
	さんまのしょうが煮	さんまのしょうが煮		鶏肉のりんごソースかけ	鶏もも肉、塩、こしょう、酒 キタノカオリ、でん粉、キャノーラ油 おろしりんご、三温糖、しょうゆ レモン果汁、白ワイン		福神漬	福神漬		鮭フライ	鮭切り身、塩、こしょう ガーリックパウダー、酒 エッグケアマヨネーズ パン粉、キタノカオリ キャノーラ油																			
エネルギー 584 kcal	自分DE 五目ごはんの具	鶏もも肉、糸こんにゃく ひじき、ごぼう、人参 三温糖、しょうゆ、みりん 酒、米油、かつおだし	エネルギー 687 kcal	マカロニサラダ	マカロニ、きゅうり まぐろ水煮、塩、こしょう 三温糖、オリーブ油 エッグケアマヨネーズ	エネルギー 685 kcal	福神漬	福神漬	エネルギー 697 kcal	ブルーベリーゼリー	ブルーベリーゼリー	エネルギー 639 kcal	ラーメン	小麦粉 (岩見沢産キタノカオリ)																
♪牛乳(お茶)は、毎日つきます。 ♪はしは、毎日持参しましょう。 ♪食材の都合により献立の内容が一部変わることあります。 ♪マークの日はスプーンがつきます。 ♪ごはんにおこげが入っている場合があります。 ♪魚には、骨が入っている場合があります。 ※アレルギーに関しては、必要な方に 原材料配合表をお渡ししています。 そちらをご確認ください。																														
19月	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	20火	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	21水	ソフトフランス	小麦粉 (岩見沢産キタノカオリ)	22木	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	23金	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)																
	じゃがいものみそ汁	じゃがいも、油揚げ、玉ねぎ 長ねぎ、みそ、酒 だし昆布、かつおだし		すまし汁	えのきたけ、人参、たけのこ わかめ、長ねぎ 酒、みりん、塩、しょうゆ だし昆布、かつおだし		パンプキンポタージュ	かぼちゃ、パンプキンペースト 玉ねぎ、有塩バター、牛乳 生クリーム、シチューの素 野菜ブイヨン、塩、こしょう		中華スープ	ポークハム、玉ねぎ、長ねぎ チンゲンサイ、酒、こしょう 塩、しょうゆ、中華だしの素 鶏がらスープ																			
	ささみフライ	ささみフライ、キャノーラ油		鶏の塩こうじ焼き	鶏もも肉、みりん、塩こうじ		豆腐ナゲット	豆腐ナゲット キャノーラ油		えびフライ	えびフライ、キャノーラ油																			
エネルギー 661 kcal	切干大根の炒め煮	切干大根、さつま揚げ、人参 米油、三温糖、酒、みりん しょうゆ、かつおだし	エネルギー 624 kcal	みそおでん	大根、ねじりこんにゃく 焼きちくわ、がんもどき 赤みそ、しょうゆ みりん、酒、三温糖 だし昆布、かつおだし	エネルギー 707 kcal	イタリアンサラダ	キャベツ、きゅうり ホールコーン イタリアンドレッシング	エネルギー 628 kcal	ビビンバの具	豚もも肉、たけのこ、人参 ほうれん草、もやし、赤みそ しょうが、にんにく、しょうゆ トウバンジャン、三温糖、酒 みりん、ごま油、でん粉	エネルギー 588 kcal	五目うどん (汁)	鶏もも肉、玉ねぎ、油揚げ 人参、長ねぎ、しょうゆ 三温糖、酒、みりん、塩 だし昆布、かつおだし																
26月	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	27火	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	28水	バーガーパン	小麦粉 (岩見沢産キタノカオリ)	29木	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	30金	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)																
	すいとん汁	すいとん、鶏もも肉 玉ねぎ、大根、長ねぎ しょうゆ、塩、酒 だし昆布、かつおだし		すまし汁	えのきたけ、人参、たけのこ わかめ、長ねぎ 酒、みりん、塩、しょうゆ だし昆布、かつおだし		パンプキンポタージュ	かぼちゃ、パンプキンペースト 玉ねぎ、有塩バター、牛乳 生クリーム、シチューの素 野菜ブイヨン、塩、こしょう		中華スープ	ポークハム、玉ねぎ、長ねぎ チンゲンサイ、酒、こしょう 塩、しょうゆ、中華だしの素 鶏がらスープ																			
	あじフライ	あじフライ、キャノーラ油		鶏の塩こうじ焼き	鶏もも肉、みりん、塩こうじ		豆腐ナゲット	豆腐ナゲット キャノーラ油		えびフライ	えびフライ、キャノーラ油																			
エネルギー 610 kcal	煮びたし	白菜、小松菜、人参 酒、三温糖、しょうゆ みりん、かつおだし	エネルギー 648 kcal	みそおでん	大根、ねじりこんにゃく 焼きちくわ、がんもどき 赤みそ、しょうゆ みりん、酒、三温糖 だし昆布、かつおだし	エネルギー 725 kcal	イタリアンサラダ	キャベツ、きゅうり ホールコーン イタリアンドレッシング	エネルギー 628 kcal	ビビンバの具	豚もも肉、たけのこ、人参 ほうれん草、もやし、赤みそ しょうが、にんにく、しょうゆ トウバンジャン、三温糖、酒 みりん、ごま油、でん粉	エネルギー 588 kcal	うどん	小麦粉 (岩見沢産きたほなみ)																
26月	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	27火	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	28水	バーガーパン	小麦粉 (岩見沢産キタノカオリ)	29木	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	30金	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)																
	すいとん汁	すいとん、鶏もも肉 玉ねぎ、大根、長ねぎ しょうゆ、塩、酒 だし昆布、かつおだし		すまし汁	えのきたけ、人参、たけのこ わかめ、長ねぎ 酒、みりん、塩、しょうゆ だし昆布、かつおだし		パンプキンポタージュ	かぼちゃ、パンプキンペースト 玉ねぎ、有塩バター、牛乳 生クリーム、シチューの素 野菜ブイヨン、塩、こしょう		中華スープ	ポークハム、玉ねぎ、長ねぎ チンゲンサイ、酒、こしょう 塩、しょうゆ、中華だしの素 鶏がらスープ																			
	あじフライ	あじフライ、キャノーラ油		鶏の塩こうじ焼き	鶏もも肉、みりん、塩こうじ		豆腐ナゲット	豆腐ナゲット キャノーラ油		えびフライ	えびフライ、キャノーラ油																			
エネルギー 610 kcal	煮びたし	白菜、小松菜、人参 酒、三温糖、しょうゆ みりん、かつおだし	エネルギー 648 kcal	みそおでん	大根、ねじりこんにゃく 焼きちくわ、がんもどき 赤みそ、しょうゆ みりん、酒、三温糖 だし昆布、かつおだし	エネルギー 725 kcal	イタリアンサラダ	キャベツ、きゅうり ホールコーン イタリアンドレッシング	エネルギー 628 kcal	ビビンバの具	豚もも肉、たけのこ、人参 ほうれん草、もやし、赤みそ しょうが、にんにく、しょうゆ トウバンジャン、三温糖、酒 みりん、ごま油、でん粉	エネルギー 588 kcal	うどん	小麦粉 (岩見沢産きたほなみ)																
26月	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	27火	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	28水	バーガーパン	小麦粉 (岩見沢産キタノカオリ)	29木	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	30金	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)																
	すいとん汁	すいとん、鶏もも肉 玉ねぎ、大根、長ねぎ しょうゆ、塩、酒 だし昆布、かつおだし		すまし汁	えのきたけ、人参、たけのこ わかめ、長ねぎ 酒、みりん、塩、しょうゆ だし昆布、かつおだし		パンプキンポタージュ	かぼちゃ、パンプキンペースト 玉ねぎ、有塩バター、牛乳 生クリーム、シチューの素 野菜ブイヨン、塩、こしょう		中華スープ	ポークハム、玉ねぎ、長ねぎ チンゲンサイ、酒、こしょう 塩、しょうゆ、中華だしの素 鶏がらスープ																			
	あじフライ	あじフライ、キャノーラ油		鶏の塩こうじ焼き	鶏もも肉、みりん、塩こうじ		豆腐ナゲット	豆腐ナゲット キャノーラ油		えびフライ	えびフライ、キャノーラ油																			
エネルギー 610 kcal	煮びたし	白菜、小松菜、人参 酒、三温糖、しょうゆ みりん、かつおだし	エネルギー 648 kcal	みそおでん	大根、ねじりこんにゃく 焼きちくわ、がんもどき 赤みそ、しょうゆ みりん、酒、三温糖 だし昆布、かつおだし	エネルギー 725 kcal	イタリアンサラダ	キャベツ、きゅうり ホールコーン イタリアンドレッシング	エネルギー 628 kcal	ビビンバの具	豚もも肉、たけのこ、人参 ほうれん草、もやし、赤みそ しょうが、にんにく、しょうゆ トウバンジャン、三温糖、酒 みりん、ごま油、でん粉	エネルギー 588 kcal	うどん	小麦粉 (岩見沢産きたほなみ)																
26月	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	27火	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	28水	バーガーパン	小麦粉 (岩見沢産キタノカオリ)	29木	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	30金	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)																
	すいとん汁	すいとん、鶏もも肉 玉ねぎ、大根、長ねぎ しょうゆ、塩、酒 だし昆布、かつおだし		すまし汁	えのきたけ、人参、たけのこ わかめ、長ねぎ 酒、みりん、塩、しょうゆ だし昆布、かつおだし		パンプキンポタージュ	かぼちゃ、パンプキンペースト 玉ねぎ、有塩バター、牛乳 生クリーム、シチューの素 野菜ブイヨン、塩、こしょう		中華スープ	ポークハム、玉ねぎ、長ねぎ チンゲンサイ、酒、こしょう 塩、しょうゆ、中華だしの素 鶏がらスープ																			
	あじフライ	あじフライ、キャノーラ油		鶏の塩こうじ焼き	鶏もも肉、みりん、塩こうじ		豆腐ナゲット	豆腐ナゲット キャノーラ油		えびフライ	えびフライ、キャノーラ油																			
エネルギー 610 kcal	煮びたし	白菜、小松菜、人参 酒、三温糖、しょうゆ みりん、かつおだし	エネルギー 648 kcal	みそおでん	大根、ねじりこんにゃく 焼きちくわ、がんもどき 赤みそ、しょうゆ みりん、酒、三温糖 だし昆布、かつおだし	エネルギー 725 kcal	イタリアンサラダ	キャベツ、きゅうり ホールコーン イタリアンドレッシング	エネルギー 628 kcal	ビビンバの具	豚もも肉、たけのこ、人参 ほうれん草、もやし、赤みそ しょうが、にんにく、しょうゆ トウバンジャン、三温糖、酒 みりん、ごま油、でん粉	エネルギー 588 kcal	うどん	小麦粉 (岩見沢産きたほなみ)																
26月	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	27火	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	28水	バーガーパン	小麦粉 (岩見沢産キタノカオリ)	29木	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	30金	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)																
	すいとん汁	すいとん、鶏もも肉 玉ねぎ、大根、長ねぎ しょうゆ、塩、酒 だし昆布、かつおだし		すまし汁	えのきたけ、人参、たけのこ わかめ、長ねぎ 酒、みりん、塩、しょうゆ だし昆布、かつおだし		パンプキンポタージュ	かぼちゃ、パンプキンペースト 玉ねぎ、有塩バター、牛乳 生クリーム、シチューの素 野菜ブイヨン、塩、こしょう		中華スープ	ポークハム、玉ねぎ、長ねぎ チンゲンサイ、酒、こしょう 塩、しょうゆ、中華だしの素 鶏がらスープ																			
	あじフライ	あじフライ、キャノーラ油		鶏の塩こうじ焼き	鶏もも肉、みりん、塩こうじ		豆腐ナゲット	豆腐ナゲット キャノーラ油		えびフライ	えびフライ、キャノーラ油																			
エネルギー 610 kcal	煮びたし	白菜、小松菜、人参 酒、三温糖、しょうゆ みりん、かつおだし	エネルギー 648 kcal	みそおでん	大根、ねじりこんにゃく 焼きちくわ、がんもどき 赤みそ、しょうゆ みりん、酒、三温糖 だし昆布、かつおだし	エネルギー 725 kcal	イタリアンサラダ	キャベツ、きゅうり ホールコーン イタリアンドレッシング	エネルギー 628 kcal	ビビンバの具	豚もも肉、たけのこ、人参 ほうれん草、もやし、赤みそ しょうが、にんにく、しょうゆ トウバンジャン、三温糖、酒 みりん、ごま油、でん粉	エネルギー 588 kcal	うどん	小麦粉 (岩見沢産きたほなみ)																
26月	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	27火	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	28水	バーガーパン	小麦粉 (岩見沢産キタノカオリ)	29木	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	30金	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)																
	すいとん汁	すいとん、鶏もも肉 玉ねぎ、大根、長ねぎ しょうゆ、塩、酒 だし昆布、かつおだし		すまし汁	えのきたけ、人参、たけのこ わかめ、長ねぎ 酒、みりん、塩、しょうゆ だし昆布、かつおだし		パンプキンポタージュ	かぼちゃ、パンプキンペースト 玉ねぎ、有塩バター、牛乳 生クリーム、シチューの素 野菜ブイヨン、塩、こしょう		中華スープ	ポークハム、玉ねぎ、長ねぎ チンゲンサイ、酒、こしょう 塩、しょうゆ、中華だしの素 鶏がらスープ																			
	あじフライ	あじフライ、キャノーラ油		鶏の塩こうじ焼き	鶏もも肉、みりん、塩こうじ		豆腐ナゲット	豆腐ナゲット キャノーラ油		えびフライ	えびフライ、キャノーラ油																			
エネルギー 610 kcal	煮びたし	白菜、小松菜、人参 酒、三温糖、しょうゆ みりん、かつおだし	エネルギー 648 kcal	みそおでん	大根、ねじりこんにゃく 焼きちくわ、がんもどき 赤みそ、しょうゆ みりん、酒、三温糖 だし昆布、かつおだし	エネルギー 725 kcal	イタリアンサラダ	キャベツ、きゅうり ホールコーン イタリアンドレッシング	エネルギー 628 kcal	ビビンバの具	豚もも肉、たけのこ、人参 ほうれん草、もやし、赤みそ しょうが、にんにく、しょうゆ トウバンジャン、三温糖、酒 みりん、ごま油、でん粉	エネルギー 588 kcal	うどん	小麦粉 (岩見沢産きたほなみ)																
26月	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	27火	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	28水	バーガーパン	小麦粉 (岩見沢産キタノカオリ)	29木	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	30金	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)																
	すいとん汁	すいとん、鶏もも肉 玉ねぎ、大根、長ねぎ しょうゆ、塩、酒 だし昆布、かつおだし		すまし汁	えのきたけ、人参、たけのこ わかめ、長ねぎ 酒、みりん、塩、しょうゆ だし昆布、かつおだし		パンプキンポタージュ	かぼちゃ、パンプキンペースト 玉ねぎ、有塩バター、牛乳 生クリーム、シチューの素 野菜ブイヨン、塩、こしょう		中華スープ	ポークハム、玉ねぎ、長ねぎ チンゲンサイ、酒、こしょう 塩、しょうゆ、中華だしの素 鶏がらスープ																			
	あじフライ	あじフライ、キャノーラ油		鶏の塩こうじ焼き	鶏もも肉、みりん、塩こうじ		豆腐ナゲット	豆腐ナゲット キャノーラ油		えびフライ	えびフライ、キャノーラ油																			
エネルギー 610 kcal	煮びたし	白菜、小松菜、人参 酒、三温糖、しょうゆ みりん、かつおだし	エネルギー 648 kcal	みそおでん	大根、ねじりこんにゃく 焼きちくわ、がんもどき 赤みそ、しょうゆ みりん、酒、三温糖 だし昆布、かつおだし	エネルギー 725 kcal	イタリアンサラダ	キャベツ、きゅうり ホールコーン イタリアンドレッシング	エネルギー 628 kcal	ビビンバの具	豚もも肉、たけのこ、人参 ほうれん草、もやし、赤みそ しょうが、にんにく、しょうゆ トウバンジャン、三温糖、酒 みりん、ごま油、でん粉	エネルギー 588 kcal	うどん	小麦粉 (岩見沢産きたほなみ)																
26月	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	27火	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	28水	バーガーパン	小麦粉 (岩見沢産キタノカオリ)	29木	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	30金	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)																
	すいとん汁	すいとん、鶏もも肉 玉ねぎ、大根、長ねぎ しょうゆ、塩、酒 だし昆布、かつおだし		すまし汁	えのきたけ、人参、たけのこ わかめ、長ねぎ 酒、みりん、塩、しょうゆ だし昆布、かつおだし		パンプキンポタージュ	かぼちゃ、パンプキンペースト 玉ねぎ、有塩バター、牛乳 生クリーム、シチューの素 野菜ブイヨン、塩、こしょう		中華スープ	ポークハム、玉ねぎ、長ねぎ チンゲンサイ、酒、こしょう 塩、しょうゆ、中華だしの素 鶏がらスープ																			
	あじフライ	あじフライ、キャノーラ油		鶏の塩こうじ焼き	鶏もも肉、みりん、塩こうじ		豆腐ナゲット	豆腐ナゲット キャノーラ油		えびフライ	えびフライ、キャノーラ油																			
エネルギー 610 kcal	煮びたし	白菜、小松菜、人参 酒、三温糖、しょうゆ みりん、かつおだし	エネルギー 648 kcal	みそおでん	大根、ねじりこんにゃく 焼きちくわ、がんもどき 赤みそ、しょうゆ みりん、酒、三温糖 だし昆布、かつおだし	エネルギー 725 kcal	イタリアンサラダ	キャベツ、きゅうり ホールコーン イタリアンドレッシング	エネルギー 628 kcal	ビビンバの具	豚もも肉、たけのこ、人参 ほうれん草、もやし、赤みそ しょうが、にんにく、しょうゆ トウバンジャン、三温糖、酒 みりん、ごま油、でん粉	エネルギー 588 kcal	うどん	小麦粉 (岩見沢産きたほなみ)																
26月	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	27火	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	28水	バーガーパン	小麦粉 (岩見沢産キタノカオリ)	29木	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	30金	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)																
	すいとん汁	すいとん、鶏もも肉 玉ねぎ、大根、長ねぎ しょうゆ、塩、酒 だし昆布、かつおだし		すまし汁	えのきたけ、人参、たけのこ わかめ、長ねぎ 酒、みりん、塩、しょうゆ だし昆布、かつおだし		パンプキンポタージュ	かぼちゃ、パンプキンペースト 玉ねぎ、有塩バター、牛乳 生クリーム、シチューの素 野菜ブイヨン、塩、こしょう		中華スープ	ポークハム、玉ねぎ、長ねぎ チンゲンサイ、酒、こしょう 塩、しょうゆ、中華だしの素 鶏がらスープ																			
	あじフライ	あじフライ、キャノーラ油		鶏の塩こうじ焼き	鶏もも肉、みりん、塩こうじ		豆腐ナゲット	豆腐ナゲット キャノーラ油		えびフライ	えびフライ、キャノーラ油																			
エネルギー 610 kcal	煮びたし	白菜、小松菜、人参 酒、三温糖、しょうゆ みりん、かつおだし	エネルギー 648 kcal	みそおでん	大根、ねじりこんにゃく 焼きちくわ、がんもどき 赤みそ、しょうゆ みりん、酒、三温糖 だし昆布、かつおだし	エネルギー 725 kcal	イタリアンサラダ	キャベツ、きゅうり ホールコーン イタリアンドレッシング	エネルギー 628 kcal	ビビンバの具	豚もも肉、たけのこ、人参 ほうれん草、もやし、赤みそ しょうが、にんにく、しょうゆ トウバンジャン、三温糖、酒 みりん、ごま油、でん粉	エネルギー 588 kcal	うどん	小麦粉 (岩見沢産きたほなみ)																
26月	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	27火	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	28水	バーガーパン	小麦粉 (岩見沢産キタノカオリ)	29木	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	30金	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)																
	すいとん汁	すいとん、鶏もも肉 玉ねぎ、大根、長ねぎ しょうゆ、塩、酒 だし昆布、かつおだし		すまし汁	えのきたけ、人参、たけのこ わかめ、長ねぎ 酒、みりん、塩、しょうゆ だし昆布、かつおだし		パンプキンポタージュ	かぼちゃ、パンプキンペースト 玉ねぎ、有塩バター、牛乳 生クリーム、シチューの素 野菜ブイヨン、塩、こしょう		中華スープ	ポークハム、玉ねぎ、長ねぎ チンゲンサイ、酒、こしょう 塩、しょうゆ、中華だしの素 鶏がらスープ																			
	あじフライ	あじフライ、キャノーラ油		鶏の塩こうじ焼き	鶏もも肉、みりん、塩こうじ		豆腐ナゲット	豆腐ナゲット キャノーラ油		えびフライ	えびフライ、キャノーラ油																			
エネルギー 610 kcal	煮びたし	白菜、小松菜、人参 酒、三温糖、しょうゆ みりん、かつおだし	エネルギー 648 kcal	みそおでん	大根、ねじりこんにゃく 焼きちくわ、がんもどき 赤みそ、しょうゆ みりん、酒、三温糖 だし昆布、かつおだし	エネルギー 725 kcal	イタリアンサラダ	キャベツ、きゅうり ホールコーン イタリアンドレッシング	エネルギー 628 kcal	ビビンバの具	豚もも肉、たけのこ、人参 ほうれん草、もやし、赤みそ しょうが、にんにく、しょうゆ トウバンジャン、三温糖、酒 みりん、ごま油、でん粉	エネルギー 588 kcal	うどん	小麦粉 (岩見沢産きたほなみ)																
26月	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	27火	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	28水	バーガーパン	小麦粉 (岩見沢産キタノカオリ)	29木	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	30金	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)																
	すいとん汁	すいとん、鶏もも肉 玉ねぎ、大根、長ねぎ しょうゆ、塩、酒 だし昆布、かつおだし		すまし汁	えのきたけ、人参、たけのこ わかめ、長ねぎ 酒、みりん、塩、しょうゆ だし昆布、かつおだし		パンプキンポタージュ	かぼちゃ、パンプキンペースト 玉ねぎ、有塩バター、牛乳 生クリーム、シチューの素 野菜ブイヨン、塩、こしょう		中華スープ	ポークハム、玉ねぎ、長ねぎ チンゲンサイ、酒、こしょう 塩、しょうゆ、中華だしの素 鶏がらスープ																			
	あじフライ	あじフライ、キャノーラ油		鶏の塩こうじ焼き	鶏もも肉、みりん、塩こうじ		豆腐ナゲット	豆腐ナゲット キャノーラ油		えびフライ	えびフライ、キャノーラ油																			
エネルギー 610 kcal	煮びたし	白菜、小松菜、人参 酒、三温糖、しょうゆ みりん、かつおだし	エネルギー 648 kcal	みそおでん	大根、ねじりこんにゃく 焼きちくわ、がんもどき 赤みそ、しょうゆ みりん、酒、三温糖 だし昆布、かつおだし	エネルギー 725 kcal	イタリアンサラダ	キャベツ、きゅうり ホールコーン イタリアンドレッシング	エネルギー 628 kcal	ビビンバの具	豚もも肉、たけのこ、人参 ほうれん草、もやし、赤みそ しょうが、にんにく、しょうゆ トウバンジャン、三温糖、酒 みりん、ごま油、でん粉	エネルギー 588 kcal	うどん	小麦粉 (岩見沢産きたほなみ)																
26月	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	27火	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	28水	バーガーパン	小麦粉 (岩見沢産キタノカオリ)	29木	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	30金	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)																
	すいとん汁	すいとん、鶏もも肉 玉ねぎ、大根、長ねぎ しょうゆ、塩、酒 だし昆布、かつおだし		すまし汁	えのきたけ、人参、たけのこ わかめ、長ねぎ 酒、みりん、塩、しょうゆ だし昆布、かつおだし		パンプキンポタージュ	かぼちゃ、パンプキンペースト 玉ねぎ、有塩バター、牛乳 生クリーム、シチューの素 野菜ブイヨン、塩、こしょう		中華スープ	ポークハム、玉ねぎ、長ねぎ チンゲンサイ、酒、こしょう 塩、しょうゆ、中華だしの素 鶏がらスープ																			
	あじフライ	あじフライ、キャノーラ油		鶏の塩こうじ焼き	鶏もも肉、みりん、塩こうじ		豆腐ナゲット	豆腐ナゲット キャノーラ油		えびフライ	えびフライ、キャノーラ油																			
エネルギー 610 kcal	煮びたし	白菜、小松菜、人参 酒、三温糖、しょうゆ みりん、かつおだし	エネルギー 648 kcal	みそおでん	大根、ねじりこんにゃく 焼きちくわ、がんもどき 赤みそ、しょうゆ みりん、酒、三温糖 だし昆布、かつおだし	エネルギー 725 kcal	イタリアンサラダ	キャベツ、きゅうり ホールコーン イタリアンドレッシング	エネルギー 628 kcal	ビビンバの具	豚もも肉、たけのこ、人参 ほうれん草、もやし、赤みそ しょうが、にんにく、しょうゆ トウバンジャン、三温糖、酒 みりん、ごま油、でん粉	エネルギー 588 kcal	うどん	小麦粉 (岩見沢産きたほなみ)																
26月	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	27火	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	28水	バーガーパン	小麦粉 (岩見沢産キタノカオリ)	29木	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	30金	ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)																
	すいとん汁	すいとん、鶏もも肉 玉ねぎ、大根、長ねぎ しょうゆ、塩、酒 だし昆布、かつおだし		すまし汁	えのきたけ、人参、たけのこ わかめ、長ねぎ 酒、みりん、塩、しょうゆ だし昆布、かつおだし		パンプキンポタージュ	かぼちゃ、パンプキンペースト 玉ねぎ、有塩バター、牛乳 生クリーム、シチューの素 野菜ブイヨン、塩、こしょう		中華スープ	ポークハム、玉ねぎ、長ねぎ チンゲンサイ、酒、こしょう 塩、しょうゆ、中華だしの素 鶏がらスープ																			
	あじフライ	あじフライ、キャノーラ油		鶏の塩こうじ焼き	鶏もも肉、みりん、塩こうじ		豆腐ナゲット	豆腐ナゲット キャノーラ油		えびフライ	えびフライ、キャノーラ油																			
エネルギー 610 kcal	煮びたし	白菜、小松菜、人参 酒、三温糖、しょうゆ みりん、かつおだし	エネルギー 648 kcal	みそおでん	大根、ねじりこんにゃく 焼きちくわ、がんもどき 赤みそ、しょうゆ みりん、酒、三温糖 だし昆布、かつおだし	エネルギー 725 kcal	イタリアンサラダ	キャベツ、きゅうり ホールコーン イタリアンドレッシング	エネルギー 628 kcal	ビビンバの具	豚																			