

9月給食カレンダー

《今月の平均栄養価》
【小学校】
エネルギー：610kcal たんぱく質：24.8g
脂 質：18.4g 食塩相当量：2.7g
【中学校】
エネルギー：724kcal たんぱく質：28.1g
脂 質：20.9g 食塩相当量：3.1g

2025年 士幌町学校給食センター

献立は都合により変更になる場合があります。

日	献立名			食べ物のほたらき		
	主食	牛乳	おかず	血や肉になる	熱や力の元になる	体の調子を整える
1 (月)	ごはん	○	みそ汁（大根・なめこ） 焼きぎょうざ(小2個 中3個) 春雨サラダ	牛乳, みそ, 豚肉, ハム	ごはん, 春雨, さとう, ごま油, 油	大根, なめこ, きゅうり, 人参, コーン
2 (火)	黒糖パン	○	★救給コーンポタージュ  照焼ハンバーグ コールスローサラダ 士幌産ミニトマト(小2個 中3個)	牛乳, 鶏肉, 豚肉	黒糖パン, ドレッシング(卵)	コーン, 玉ねぎ, 人参, きゃべつ, ブロッコリー, ミニトマト
★救給コーンポタージュ 平成23年3月11日の東日本大震災で地震発生直後にやむなく学校にとどまることになった子どもたちの食事が課題となりました。そこで、救援物資が届くまでの72時間、「命をつなぐ」ための安全安心で栄養バランスのとれた「災害時学校給食用非常食」の開発に取り組み、「救給カレー」が作られました。その後、汁物の要望があり洋食に合う「救給コーンポタージュ」が開発されました。						
3 (水)	ごはん	○	みそ汁（白菜・人参） 白身魚の幽庵焼き ほねに気をつけましょう じゃがいものそぼろ煮	牛乳, みそ, ほき, 豚肉	ごはん, さとう, じゃがいも, 油	白菜, 人参, ゆず, 玉ねぎ, コーン, さやいんげん
4 (木)	鶏だしうどん	○	いももち（たれ） きゃべつとわかめの和え物	牛乳, 鶏肉, わかめ, かまぼこ	うどん, じゃがいも, 油, さとう, でん粉, ドレッシング	玉ねぎ, 白菜, 人参, 長ねぎ, ごぼう, しめじ, きゃべつ
5 (金)	ごはん	○	みそ汁（きゃべつ・こんぶ） かぼちゃひき肉フライ 白菜の磯和え	牛乳, 昆布, みそ, 豚肉, のり	ごはん, 油	きゃべつ, かぼちゃ, 白菜, 小松菜
8 (月)	ごはん こんぶとお抹茶ふりかけ	○	豚汁 しゅうまい（2個） からし和え	牛乳, 豚肉, みそ, ささみ	ごはん, じゃがいも	大根, 玉ねぎ, 人参, ごぼう, しめじ, 長ねぎ, きゃべつ, 小松菜
9 (火)	わかめごはん	○	みそ汁（とうふ・長ねぎ） たらのスパイス揚げ ブロッコリーサラダ ほねに気をつけましょう	牛乳, わかめ, とうふ, みそ, たら	ごはん, 油, ドレッシング	長ねぎ, きゃべつ, ブロッコリー, パプリカ
10 (水)	スタミナ丼	○	みそ汁（大根・わかめ） きゅうりもみ	牛乳, 豚肉, わかめ, みそ, ちくわ	ごはん, ごま油, 油, でん粉	きゃべつ, パプリカ, 玉ねぎ, にら, たけのこ, 大根, きゅうり, 人参
11 (木)	しょうゆラーメン	○	春巻き もやしのナムル	牛乳, 豚肉, つと, かまぼこ	ラーメン, 油, ドレッシング, ごま	玉ねぎ, 白菜, 人参, 長ねぎ, しめじ, もやし, 小松菜, パプリカ
12 (金)	ごはん	○	大根のマーボースープ たらの照り焼き ほねに気をつけましょう 海そうサラダ	牛乳, 豚肉, 赤みそ, たら, わかめ, いか	ごはん, でん粉, ドレッシング	大根, 玉ねぎ, チンゲンサイ, きゃべつ, きゅうり, 人参
15 (月)	敬老の日					
16 (火)	コッペパン	○	ホワイトシチュー ミニチキン醤油(2個) ツナスパサラダ	牛乳, ベーコン, チーズ, 鶏肉, まぐろツナ	コッペパン, じゃがいも, バター, スパゲティ, さとう, 卵不使用マヨネーズ	玉ねぎ, 人参, マッシュルーム, きゃべつ, コーン
17 (水)	ごはん	○	白玉汁 ささみのレモン風味 白菜のなめたけ和え	牛乳, さつまあげ, ささみ, かつおぶし	ごはん, 白玉もち, でん粉, 油, さとう	大根, 人参, ごぼう, 小松菜, しめじ, レモン, 白菜, きゅうり, えのきたけ
18 (木)	けんちんうどん	○	野菜かき揚げ パインゼリー	牛乳, 豚肉, さつまあげ	うどん, ごま油, 油	大根, 人参, 長ねぎ, ごぼう, しめじ, 玉ねぎ 春菊
19 (金)	ごはん	○	みそ汁（じゃがいも・長ねぎ） ほっけの塩焼き ほねに気をつけましょう 切干大根の炒め煮	牛乳, みそ, ほっけ, 豚肉, ちくわ, ひじき	ごはん, じゃがいも, 油, さとう	長ねぎ, 切干大根, さやいんげん
22 (月)	ごはん	○	大根のすまし汁 五目たまご焼き 肉じゃが	牛乳, かまぼこ, 卵, ひじき, 豚肉	ごはん, じゃがいも, 油, さとう	大根, 人参, えのきたけ, 玉ねぎ, さやいんげん
23 (水)	秋分の日					
24 (水)	ごはん	○	みそ汁（きゃべつ・玉ねぎ） 士幌の野菜コロッケ 大根と青菜のサラダ	牛乳, みそ	ごはん, じゃがいも, 油, 春雨, ドレッシング	きゃべつ, 玉ねぎ, 人参, 大根, 小松菜
25 (木)	スパゲティ ボロネーゼ	○	ブロッコリーのツナ和え 元気ヨーグルト	牛乳, 豚肉, まぐろツナ, ヨーグルト	スパゲティ, 油, オリーブオイル, ドレッシング	玉ねぎ, 人参, ピーマン, マッシュルーム, トマト, きゃべつ, ブロッコリー, コーン
26 (金)	ごはん	○	野菜スープ ケチャップあん肉団子（2個） やみつききゃべつ	牛乳, 鶏肉, 豚肉, 昆布	ごはん, ごま油	玉ねぎ, 白菜, 人参, きゃべつ, きゅうり
29 (月)	ごはん	○	みそ汁（じゃがいも・人参） さばのカレー煮 ほねに気をつけましょう 春雨炒め	牛乳, みそ, さば, 豚肉	ごはん, じゃがいも, 春雨, 油, ごま油, さとう	人参, たけのこ, さやいんげん, きくらげ
30 (火)	ごはん	○	みそ汁（玉ねぎ・わかめ） ささみのマヨだれ焼き 鶏ごぼう煮	牛乳, わかめ, みそ, ささみ, のり, 鶏肉	ごはん, 卵不使用マヨネーズ, 油, さとう	玉ねぎ, ごぼう, 人参, こんにゃく