

よていこんだてひょう (小学校)

令和4年10月

日の出町学校給食センター 小学校

日	主食	料理名	飲み物 など	カや体温となるもの きいろ	血や肉をつくるもの あか	体の調子をよくするもの みどり	エネルギー たんぱく質
3月	ごはん 10/4いわしの日	さつぽろみそスープ いわしのごまみそに きりぼしだいこんのいりに	ぎゅうにゅう	こめ、じゃがいも、あぶら、バター、 こんにやく、さとう	ぎゅうにゅう、とりにく、みそ、いわ し、あぶらあげ	しょうが、にんにく、もやし、たまね ぎ、にんじん、にら、とうもろこし、き りぼしだいこん、さやいんげん	593 kcal 24.5 g
4火	ゆでちゅうかめん	しょうゆラーメンスープ てづくりあげぎょうざ① クレープ	ぎゅうにゅう	ちゅうかめん、あぶら、ごま、ぎょう ざのかわ、ごまあぶら、でんぶん、こ むぎこ、クレープ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、なると、わ かめ	にんにく、しょうが、もやし、はくさ い、にんじん、チンゲンさい、ながね ぎ、とうもろこし、にら、キャベツ、し いたけ	719 kcal 27.5 g
5水	ごはん	*こまつなのごまじる さばのしおやき きわかめのきんぴら	ぎゅうにゅう	こめ、じゃがいも、ごま、こんにやく、 あぶら、さとう	ぎゅうにゅう、あぶらあげ、みそ、さ ば、きわかめ、ぶたにく	こまつな、はくさい、たまねぎ、しめ じ、にんじん、ごぼう、さやいんげん	616 kcal 24.9 g
6木	しょくパン	コーンシチュー おからいりナゲット② *キャベツのサラダ (こうみしおドレ)	ぎゅうにゅう	パン、あぶら、じゃがいも、バター、 こむぎこ、でんぶん	ぎゅうにゅう、とりにく、とうにゅう 、なまクリーム、おから	たまねぎ、にんじん、セロリ、とうもろ こし、にんにく、キャベツ、こまつな	630 kcal 27.2 g
7金	あきのたきこみごはん 10/8 十三夜献立	きのこいりみそしる ちぐさやき チンゲンさいのおひたし (しょうゆ)	ぎゅうにゅう	こめ、むぎ、くり、あぶら、さとう、 じゃがいも、こんにやく	とりにく、あぶらあげ、ぎゅうにゅう 、ぶたにく、とうふ、みそ、たまご、 とうにゅう、ひじき	しめじ、にんじん、えだまめ、しいた け、なめこ、だいこん、ごぼう、ながね ぎ、チンゲンさい、キャベツ、もやし	603 kcal 29.0 g
11火	せわりコッペパン	イタリアンスープ ツナペースト (ノンエッグマヨ) ローストポテト	ぎゅうにゅう	パン、パンこ、あぶら、じゃがいも、 バター	ぎゅうにゅう、ベーコン、たまご、 チーズ、ツナ、ウィンナー	たまねぎ、にんじん、とうもろこし、に んにく、しめじ	601 kcal 27.9 g
12水	むぎごはん チキンカレー	かぶのおひたし (しょうゆ) プリン	ぎゅうにゅう	こめ、むぎ、じゃがいも、あぶら、パ ター、こむぎこ、プリン	ぎゅうにゅう、とりにく、レンズま め、チーズ	にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじ ん、さやいんげん、トマト、かぶ、キャ ベツ	621 kcal 20.3 g
13木	バターロール 国産水産物 緊急対策事業	トマトのスープ まだいのたつたあげ さつまいものクリームに	ぎゅうにゅう	パン、あぶら、でんぶん、さつまい も、さとう、バター	ぎゅうにゅう、ベーコン、まだい、な まクリーム	にんにく、にんじん、たまねぎ、キャベ ツ、トマト、しょうが、りんご	625 kcal 25.9 g
14金	わかめごはん 10/13 さつまいの日	もやしのタンタンスープ とりにくからあげ① ほうれんそうのおひたし (かつおぶし・しょうゆ)	ぎゅうにゅう	こめ、はるさめ、ごまあぶら、さど う、ごま、でんぶん、あぶら	わかめ、コーヒーぎゅうにゅう、ぶた にく、だいたんぱく、みそ、とりに く、かつおぶし	にんにく、しょうが、もやし、はくさ い、チンゲンさい、にんじん、ながね ぎ、しいたけ、ほうれんそう、キャベツ	661 kcal 26.7 g
17月	チョコチップパン	ニョッキとまめのポタージュ *もやしとエリンギのソテー ヨーグルト	ぎゅうにゅう	パン、ポテトニョッキ、あぶら	ぎゅうにゅう、ベーコン、いんげんま め、とうにゅう、チーズ、ハム、ヨー グルト	にんじん、たまねぎ、さやいんげん、こ まつな、もやし、エリンギ	637 kcal 24.4 g
18火	ごはん	ワントンスープ やきにくいため みかんゼリー	ぎゅうにゅう	こめ、ごまあぶら、ワントンのかわ、 あぶら、さとう、でんぶん、ゼリー	ぎゅうにゅう、ぶたにく、だいたん ぱく	しょうが、にんじん、もやし、チンゲン さい、ながねぎ、にんにく、たまねぎ、 にら	638 kcal 26.9 g
19水	さつまいもごはん	とうふとねぎのみそしる なまあげのくみそあんかけ いんげんのごまあえいのため	ぎゅうにゅう	こめ、さつまいも、ごま、あぶら、さ とう、でんぶん	ぎゅうにゅう、とうふ、あぶらあげ、 みそ、なまあげ、ぶたにく	たまねぎ、ながねぎ、しょうが、にんに く、さやいんげん、にんじん	606 kcal 27.2 g
20木	よこわりまるパン	もやしスープ てづくりかぼちゃコロッケ (ソース) じゃことキャベツのペペロソテ	ぎゅうにゅう	パン、じゃがいも、バター、こむぎ こ、パンこ、あぶら、スパゲッティ	ぎゅうにゅう、とりにく、おから、ぶ たにく、だいたんぱく、チーズ、 ベーコン、ちりめんじゃこ	もやし、にんじん、たまねぎ、かぼ ちゃ、にんにく、キャベツ	608 kcal 25.1 g
21金	ごはん かつおふりかけ	あつあげとうずらのちゅうかに いかチリソース りんご	ぎゅうにゅう	こめ、こんにやく、あぶら、さとう、 でんぶん、ごまあぶら	ぎゅうにゅう、ぶたにく、なまあげ、 うずらたまご、いか、かつおぶし、の り	たまねぎ、にんじん、たけのこ、チンゲ んさい、ながねぎ、しいたけ、にんに く、しょうが、りんご	662 kcal 27.5 g
24月	キャロットライス ホワイトソース	やきウインナー② *やきさいとコーンのサラダ (バンドレ)	ぎゅうにゅう	こめ、バター、あぶら、こむぎこ	ぎゅうにゅう、えび、とりにく、いん げんまめ、なまクリーム、とうにゅう 、ウィンナー	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、 さやいんげん、キャベツ、こまつな、と うもろこし	590 kcal 25.8 g
25火	こめコッペパン *イタリア料理*	ラビオリスープ さけのムニエル ポテトサラダ (ノンエッグマヨ)	ぎゅうにゅう	こめコッパン、ラビオリ、こむぎこ、パ ンこ、あぶら、バター、じゃがいも	ぎゅうにゅう、ベーコン、さけ	にんにく、にんじん、たまねぎ、キャベ ツ、ほうれんそう、きゅうり	600 kcal 31.4 g
26水	ごはん *秋田県の 郷土料理*	だまこじる さんまのかばやき にくじゃが	むぎちや	こめ、こんにやく、あぶら、でんぶ ん、さとう、じゃがいも	とりにく、こんぶ、さんま、ぶたにく	だいこん、にんじん、ごぼう、ながね ぎ、しめじ、まいたけ、たまねぎ、さや いんげん	590 kcal 18.7 g
27木	マーブルしょくパン	豆のカレースープ いかのスペインふう にはなやさいサラダ (こうみしおドレ)	ぎゅうにゅう	パン、じゃがいも、バター、さとう、 あぶら	ぎゅうにゅう、ベーコン、とりにく、 ひよこまめ、レンズまめ、いか	にんにく、しょうが、たまねぎ、かぼち や、トマト、とうもろこし、トマトペースト、ト マトピューレ、プロコッリー、カリフラ ワー、キャベツ、にんじん	609 kcal 30.2 g
28金	そぼろごはん	じゃがいものみそしる かつおのたつたあげ みかん	ぎゅうにゅう	こめ、あぶら、さとう、マヨネーズ、 じゃがいも、でんぶん	とりにく、たまご、ぎゅうにゅう、あ ぶらあげ、わかめ、みそ、かつお	しょうが、たまねぎ、ながねぎ、にんに く、みかん	689 kcal 32.7 g
31月	かぼちゃしょくパン 10/31 ハロウィン	かぼちゃのクリームスープ スクランブルエッグ *もやしサラダ (ソイドレ)	ぎゅうにゅう	パン、じゃがいも、バター、こむぎ こ、あぶら、さとう	ぎゅうにゅう、ベーコン、いんげんま め、なまクリーム、とうにゅう、たま ご	たまねぎ、かぼちゃ、こまつな、もや し、にんじん	597 kcal 25.0 g
<p>*都合により献立が変更になる場合があります。 10月の給食費は、10月27日(木)が引き落としになります。前日 までに口座の残高を確認してください。 *お子さんが食物アレルギーで、原材料等詳細な情報が必要な 場合は給食センターにお問い合わせください。TEL 042-597-3414</p>							625
<p>※今日の日出の野菜※ 小松菜(野崎さん) 今日の日出の野菜は、小松菜(野崎さん)です。 献立表*マークの料理に入っています。</p>							26.4
<p>感謝していただきましょう♪</p>							650
<p>日の出町平均</p>							(21~33)

国産農林水産物等販路新規開拓緊急対策事業について

日の出町では、昨年行われた「国産農水産物販路多様化緊急対策事業」と同等内容で農林水産省が行う「国産農林水産物等販路新規開拓緊急対策事業」に今年度も申請をし、13日(木)に提供する「真鯛の竜田揚げ」に使用する真鯛の一部を無償提供していただけることになりました。愛媛県産の真鯛に下味をつけてから揚げにします。大切にいただきます。

今年の十三夜は10月8日

十五夜だけではなく十三夜もお月見をします。十五夜を芋名月というのに対し、十三夜は豆名月や栗名月と呼ばれます。

●17日(月)に使用するヨーグルトは、日の出町内にある協同乳業様から地域貢献としてご厚意で無償提供していただいた「健康投資ヨーグルト」です。

