

★12日スパゲティミートソース、14日キムチ入りビビンバ丼で使用する牛ひき肉は「末松畜産」さんより無償で提供いただきました。ありがとうございました。ちなみに…約牛1頭分です！！ みなさん、ありがとうございました♪	28年度 9月のこんだて 別海町学校給食センター 9月中のにんにく・16日のじゃがいも（一部）は「別海高校」で収穫されたものを使用しています。できる限り農薬を使わずに育てられた安心・安全な野菜です。 今回のアイヌも別海町集落から提供です。 		1日 ・ハヤシライス 精白米・麦・豚肉・じゃが芋・人参・生姜・玉ねぎ・にんにく・ハヤシフレーク・ウスターソース・ケチャップ・米油・赤ワイン・チキンコンソメ・醤油・三温糖・プルーンエキス・カレー粉・カレールー ・べっかいぎゅうにゅう ・さっぱりあえ ・きゃべつ・人参・青じそドレッシング ・べっかいのアイスクリーム 別海のアイスクリーム屋さん（パニコラ） (小)812kcal たんぱく23.2g (中)979kcal たんぱく27.2g	2日 ・ミルクパン ・べっかいぎゅうにゅう ・とりにくとえのきのスープ 鶏肉・人参・えのき茸・青梗菜・シャンタン・塩・醤油 ・チーズいりオムレツ オムレツ（チーズ） ・ジャーマンポテト じゃが芋・玉ねぎ・ウインナー・にんにく・別海バター・塩・粗挽きこしょう・パセリ・チキンコンソメ (小)650kcal たんぱく27.9g (中)789kcal たんぱく33.7g
5日 ・かしわうどん うどん・鶏肉・人参・小松菜・長ねぎ・なると・干椎茸・醤油・本てり・めんつゆ・かつおだし・塩 ・べっかいぎゅうにゅう ・さつまいもてんぷら 幼小1個・中2個 さつま芋天ぷら・米油 ・やきプリンタルト 焼きプリンタルト (小)661kcal たんぱく22.9g (中)832kcal たんぱく26.8g	6日 ・ごはん ・べっかいぎゅうにゅう ・ほうれんそうとあぶらあげのみそしる ほうれん草・油揚げ・かつおだし・白味噌 ・にくじゃが 豚肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・いんげん・さつま揚げ・白滝・醤油・本てり・三温糖・米油 ・みそマヨサラダ きゃべつ・人参・焼き竹輪・エッグケアマヨネーズ・白味噌・醤油  (小)633kcal たんぱく23.6g (中)792kcal たんぱく28.4g	7日 ・ごはん ・べっかいぎゅうにゅう ・たまごとたまねぎのみそしる 鶏卵・玉ねぎ・かつおだし・白味噌 ・さんまのかばやき さんまの蒲焼 ・だいこんとこんにゃくのそぼろに 大根・人参・こんにゃく・豚肉・生姜・醤油・酒・本てり・三温糖・米油 幼小1個・小中2個 (小)692kcal たんぱく26.7g (中)835kcal たんぱく30.5g	8日 ・ごはん ・べっかいぎゅうにゅう ・いとかまスープ 糸かまぼこ・干椎茸・白菜・玉ねぎ・人参・鶏がらスープ・チキンコンソメ・醤油・塩・こしょう ・チンジャオロース 豚肉・でん粉・ピーマン・竹の子・にんにく・生姜・オイスターソース・酒・醤油・三温糖・塩・シャンタン・米油・ごま油 ・もやしナムル もやし・きゅうり・ささみ・上白糖・醤油・ごま油・塩・米酢・白ごま (小)627kcal たんぱく26.7g (中)785kcal たんぱく32.3g	9日 ・せわりコッペパン ・べっかいぎゅうにゅう ・ポークシチュー ウインナーをはさんでたべてね♪ 豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・赤ワイン・トマトピューレ・チキンコンソメ・デミグラスソース・三温糖・別海バター・塩・こしょう・米油 ・ウインナーケチャップ ウインナー・ウスターソース・ケチャップ・三温糖 ・やさいのカレーソテー きゃべつ・玉ねぎ・パプリカ・カレー粉・チキンコンソメ・塩・こしょう・米油 (小)630kcal たんぱく27.7g (中)804kcal たんぱく34.9g
12日 ・スパゲティミートソース ★ スパゲティ・オリーブ油・オニオンソテー・玉ねぎ・人参・にんにく・牛ひき肉・ミートソップ・ケチャップ・デミグラスソース・ウスターソース・塩・こしょう・三温糖・米油・赤ワイン ・べっかいぎゅうにゅう ・やさいのメンチカツ 野菜のメンチカツ・米油 ・りんご りんご  (小)707kcal たんぱく26.5g (中)838kcal たんぱく31.2g	13日 ・ごはん ・べっかいぎゅうにゅう ・こうやどうふとしめじのみそしる 高野豆腐・しめじ・かつおだし・白味噌 ・チキンのなんばんふう 鶏肉・塩・こしょう・酒・卵白・でん粉・上新粉・米油・醤油・上白糖・りんご酢・玉ねぎ ・カラフルきんぴら ごぼう・人参・コーン・ピーマン・さつま揚げ・醤油・酒・本てり・三温糖・白ごま・ごま油 (小)709kcal たんぱく26.5g (中)879kcal たんぱく31.6g	14日 <十五夜こんだて> ・キムチいりビビンバどん ★ 精白米・牛ひき肉・生姜・にんにく・酒・本てり・豆板醤・赤味噌・三温糖・醤油・小松菜・もやし・人参・キムチ・白ごま・塩・ごま油 ・べっかいぎゅうにゅう ・おつきみだんごのスープ 白玉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・鶏肉・チキンコンソメ・醤油・白ワイン・塩・こしょう ・おつきみゼリー 十五夜デザート（みかんゼリー）  (小)725kcal たんぱく28.7g (中)901kcal たんぱく34.8g	15日 ※別海牛乳がつきます べんとうひ お弁当の日  (小)687kcal たんぱく30.8g (中)872kcal たんぱく38.4g	16日 ・こくとうパン ・べっかいぎゅうにゅう ・ポテトポタージュ 別海高校産 じゃが芋・玉ねぎ・ベーコン・パセリ・別海牛乳・別海バター・小麦粉・チキンコンソメ・塩・こしょう ・チキントマトに 鶏肉・塩・こしょう・玉ねぎ・コーン・ピーマン・にんにく・ケチャップ・ウスターソース・トマトソース・三温糖・でん粉・オリーブ油 ・オーロラサラダ きゅうり・きゃべつ・人参・ハム・エッグケアマヨネーズ・ケチャップ・塩・こしょう (小)687kcal たんぱく30.8g (中)872kcal たんぱく38.4g
19日 敬老の日 おじいちゃん おばあちゃん ありがとう  (小)746kcal たんぱく32.9g (中)870kcal たんぱく38.3g	20日 ・ごはん ・べっかいぎゅうにゅう ・はくさいとあぶらあげのみそしる 白菜・人参・油揚げ・かつおだし・白味噌 ・えびいかかきあげ てんどんのタレ えびいかかき揚げ・米油 ・だいこんサラダ 大根・きゅうり・人参・白ごま・和風ドレッシング ごはんの上のせて、タレをかけてもおいしいよ♪ (小)686kcal たんぱく18.3g (中)814kcal たんぱく20.9g	21日 ・チキンカレー 精白米・麦・鶏肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・生姜・にんにく・カレールー・米油 ・べっかいぎゅうにゅう ・ふくじんづけ 福神漬け ・フルーツヨーグルト みかん缶・白桃缶・バナナ・レモン果汁・別海ヨーグルト・ゼリー（ぶどう）  (小)737kcal たんぱく21.2g (中)916kcal たんぱく25.4g	「ラッキーデー」  このマークがついた日のどこかに、型抜きした食材が20個だけ入っているよ！ 当たった人はラッキー！ (小)610kcal たんぱく19.9g (中)763kcal たんぱく23.8g	23日 ・バターリッチパン ・べっかいぎゅうにゅう ・コンソメスープ じゃが芋・玉ねぎ・人参・ベーコン・チキンコンソメ・塩・こしょう ・かぼちゃグラタン かぼちゃグラタン ・きゃべつとぶたにくのソテー きゃべつ・パプリカ・豚肉・にんにく・醤油・塩・こしょう・チキンコンソメ・オリーブ油 (小)640kcal たんぱく23.3g (中)761kcal たんぱく27.2g
26日 ・やさしみそラーメン 中華麺・豚肉・なると・長ねぎ・玉ねぎ・もやし・人参・きゃべつ・味付メンマ・ラーメンスープ・味噌・塩・鶏がら・豚骨・煮干し ・べっかいぎゅうにゅう ・フライぎょうざ 幼小1個・小中2個 フライ餃子・米油 ・まんてんくろまめ まんてん黒豆  (小)746kcal たんぱく32.9g (中)870kcal たんぱく38.3g	27日 ・わかめごはん ・べっかいぎゅうにゅう ・あつあげとだいこんのみそしる 厚揚げ・大根・人参・かつおだし・白味噌 ・おにくとれんこんのみそいため 豚肉・生姜・れんこん・玉ねぎ・ピーマン・米油・赤味噌・酒・三温糖・本てり・醤油 ・おかかあえ 白菜・小松菜・焼き竹輪・かつお節・醤油 (小)604kcal たんぱく27.3g (中)757kcal たんぱく33g	28日 ・ごはん ・べっかいぎゅうにゅう ・ぶたじる 豚肉・大根・人参・玉ねぎ・じゃが芋・ごぼう・豆腐・白味噌・米油 ・さばのわかさやき さばの若狭漬け ・きりぼしだいこんとひじきのにもの 切干大根・ひじき・つきこん・さつま揚げ・人参・醤油・本てり・三温糖・米油 (小)667kcal たんぱく30.2g (中)810kcal たんぱく34g	29日 ・ごはん ・べっかいぎゅうにゅう ・ちゅうかスープ 小松菜・人参・ベーコン・シャンタン・塩・こしょう・醤油 ・にくだんごのすぶた ミートボール・干椎茸・竹の子・玉ねぎ・ピーマン・人参・ケチャップ・三温糖・醤油・酒・オイスターソース・りんご酢・でん粉・塩・米油 ・ごぼうサラダ ごぼう・人参・きゅうり・ツナ・エッグケアマヨネーズ・上白糖・醤油・白ごま (小)610kcal たんぱく19.9g (中)763kcal たんぱく23.8g	30日 ・コッペパン いちご&マーガリン ・べっかいぎゅうにゅう ・さつまいものシチュー さつま芋・玉ねぎ・人参・豚肉・小麦粉・別海バター・別海牛乳・チキンコンソメ・塩・こしょう・パセリ ・タンドリーチキン 鶏肉・人参・別海ヨーグルト・ケチャップ・ウスターソース・カレー粉・塩 ・グリーンサラダ きゃべつ・きゅうり・ブロッコリー・和風ドレッシング (小)702kcal たんぱく31.5g (中)873kcal たんぱく38.9g