

月			火			水			木			金		
2			3			4			5			6		
<ul style="list-style-type: none"> ごはん いわしのレモン醤油煮 大根とがんともの煮付け たまねぎのみそ汁 			<ul style="list-style-type: none"> ごはん ハンバーグりんごソース 切り干し大根エスニック風 葉だいこんのみそ汁 			<ul style="list-style-type: none"> やまとぶたのポークカレー ハムと野菜のソテー 黒糖ビーンズ 			<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏肉の香味焼き 五目きんぴら もやしのみそ汁 			<ul style="list-style-type: none"> 食パン ・みかんジャム オムレツ 野菜のソテー わんたんスープ 目の愛護デザート 		
小	680	30.0	小	657	25.3	小	769	25.4	小	660	26.1	小	628	27.2
中	830	34.0	中	810	29.6	中	942	29.9	中	845	33.1	中	789	34.3
9			10			11			12			13		
<p>スポーツの日</p>			<ul style="list-style-type: none"> ごはん 米粉餃子 ブロッコリー回鍋肉 マーボー白菜汁 			<ul style="list-style-type: none"> やまとぶた丼 青菜のみそ汁 フルーツ白玉 			<ul style="list-style-type: none"> ごはん とんぶり入り たらみそマヨネーズ焼き きんぴらごぼう キャベツのみそ汁 			<ul style="list-style-type: none"> 鶏天ぷらうどん 花野菜のソテー さつまいもチップス 		
小	644	24.9	小	644	24.9	小	673	30.0	小	667	26.7	小	681	32.3
中	828	31.1	中	828	31.1	中	828	36.7	中	842	31.8	中	823	37.9
16			17			18			19			20		
<ul style="list-style-type: none"> さつまいもごはん ひじき入り厚焼き玉子 こんぶ煮 きのこのみそ汁 			<ul style="list-style-type: none"> 清流米ごはん おからの煮物コロック かぼちゃそぼろ煮 生揚げのみそ汁 			<ul style="list-style-type: none"> 森のきのこカレー 野菜のソテー 			<ul style="list-style-type: none"> ごはん さばのトマミそ煮 秋野菜の煮物 花ふのすまし汁 			<ul style="list-style-type: none"> 黒糖コッペパン 根菜メンチカツ ピーマン入り野菜炒め ポトフ 		
小	631	23.3	小	706	23.7	小	750	22.9	小	670	24.6	小	674	21.9
中	766	27.5	中	891	28.7	中	927	27.6	中	833	29.3	中	851	26.6
23			24			25			26			27		
<ul style="list-style-type: none"> コーンこんごはん あじのさんが焼き 肉じゃが 大根のみそ汁 			<ul style="list-style-type: none"> ごはん たらきのソース 大根のレモン煮 ねぎのクリームスープ いせどうくんまんじゅう 			<ul style="list-style-type: none"> 県産豚肉のシシリアンライス (バックノンエッグマヨネーズ) ふきとベーコンのスープ ヨーグルト 			<ul style="list-style-type: none"> ごはん きのこシウマイ 白菜のうま煮 もずくスープ 			<ul style="list-style-type: none"> ちゃんぽんめん 鉄カルパオパオ 		
小	658	27.7	小	757	30.6	小	772	24.9	小	656	23.1	小	667	32.0
中	765	31.2	中	962	35.8	中	865	29.5	中	799	27.1	中	843	39.6
30			31			<p>こんだてちゅうすうは 献立中の数字は 左側がエネルギー (kcal) 右側がたんぱく質 (g) を表しています。</p> <p>【基準値】</p>			<p>おいしい 北秋田</p> <p>こめ 米・もち米・比内地鶏・やまとぶた た・じゃがいも・かぼちゃ・りんご ご・しいたけ・ねぎ・にんにく・ふき</p>			<p>★10月24日★ K. K. うめBEAR 給食が登場します!</p>		
小	667	24.3	小	725	24.4	小	650	21.1~32.5	小	650	21.1~32.5	小	650	21.1~32.5
中	842	29.5	中	910	30.9	中	830	27.0~41.5	中	830	27.0~41.5	中	830	27.0~41.5

*材料などの都合により、献立や食材の産地が変更になる場合があります。ご了承ください。
*振替休業日や校外学習などによる欠食については、各校の行事予定表を確認してください。

月			火			水			木			金		
2			3			4			5			6		
<ul style="list-style-type: none"> ごはん いわしのレモン醤油煮 大根とがんともの煮付け たまねぎのみそ汁 			<ul style="list-style-type: none"> ごはん ハンバーグりんごソース 切り干し大根エスニック風 葉だいこんのみそ汁 			<ul style="list-style-type: none"> やまとぶたのポークカレー ハムと野菜のソテー 黒糖ビーンズ 			<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏肉の香味焼き 五目きんぴら もやしのみそ汁 			<ul style="list-style-type: none"> 鶏天ぷらうどん 野菜のソテー 目の愛護デーゼリー 		
小	680	30.0	小	657	25.3	小	769	25.4	小	660	26.1	小	678	29.7
中	830	34.0	中	810	29.6	中	942	29.9	中	845	33.1	中	826	35.4
9			10			11			12			13		
<p>スポーツの日</p>			<ul style="list-style-type: none"> ごはん 米粉餃子 ブロッコリー回鍋肉 マーボー白菜汁 			<ul style="list-style-type: none"> やまとぶた丼 青菜のみそ汁 フルーツ白玉 			<ul style="list-style-type: none"> ごはん とんぶり入り たらみそマヨネーズ焼き きんぴらごぼう キャベツのみそ汁 			<ul style="list-style-type: none"> 食パン・みかんジャム オムレツ 花野菜のソテー わんたんスープ さつまいもチップス 		
小	644	24.9	小	644	24.9	小	673	30.0	小	667	26.7	小	631	30.1
中	828	31.1	中	828	31.1	中	828	36.7	中	842	31.8	中	786	37.2
16			17			18			19			20		
<ul style="list-style-type: none"> さつまいもごはん ひじき入り厚焼き玉子 こんぶ煮 きのこのみそ汁 			<ul style="list-style-type: none"> 清流米ごはん おからの煮物コロック かぼちゃそぼろ煮 生揚げのみそ汁 			<ul style="list-style-type: none"> 森のきのこカレー 野菜のソテー 			<ul style="list-style-type: none"> ごはん さばのトマミそ煮 秋野菜の煮物 花ふのすまし汁 			<ul style="list-style-type: none"> ちゃんぼんめん 鉄カルパオパオ 		
小	631	23.3	小	706	23.7	小	750	22.9	小	670	24.6	小	667	32.0
中	766	27.5	中	891	28.7	中	927	27.6	中	833	29.3	中	843	39.6
23			24			25			26			27		
<ul style="list-style-type: none"> コーンこんごはん あじのさんが焼き 肉じゃが 大根のみそ汁 			<p>K. K. うめBEAR給食</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん たらきのソース 大根のレモン煮 ねぎのクリームスープ いせどうくんまんじゅう 			<ul style="list-style-type: none"> 県産豚肉のシシリアンライス (バックノンエッグマヨネーズ) ふきとベーコンのスープ ヨーグルト 			<ul style="list-style-type: none"> ごはん きのこシウマイ 白菜のうま煮 もずくスープ 			<ul style="list-style-type: none"> 黒糖コッペパン 根菜メンチカツ ピーン入り野菜炒め ポトフ 		
小	658	27.7	小	757	30.6	小	772	24.9	小	656	23.1	小	674	21.9
中	765	31.2	中	962	35.8	中	865	29.5	中	799	27.1	中	851	26.6
30			31			<p>こんだてちゅうすうじは 献立中の数字は 左側がエネルギー (kcal) 右側がたんぱく質 (g) を表しています。</p> <p>【基準値】</p>			<p>おいしい 北秋田</p> <p>★10月24日★ K. K. うめBEAR 給食が登場します!</p> <p>こめ 米・もち米・比内地鶏・やまとぶ た・じゃがいも・かぼちゃ・りん ご・しいたけ・ねぎ・にんにく・ ふき</p> <p></p>					
小	667	24.3	小	725	24.4	小	650	21.1~32.5						
中	842	29.5	中	910	30.9	中	830	27.0~41.5						

*材料などの都合により、献立や食材の産地が変更になる場合があります。ご了承ください。
*振替休業日や校外学習などによる欠食については、各校の行事予定表を確認してください。