

月	火	水	木	金
	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。 【基準値】	1 ごはん 鶏つくねのおろしソース ふきの煮付け 厚揚げのみそ汁	2 ごはん さばのカレー焼き 和風ポテト わかめのみそ汁	3 食パン マーシャルピンス 鶏肉のマスタード焼き キャベツソテー かぼちゃのポターージュ
		小 637 25.3 中 756 29.6	小 685 29.2 中 819 34.2	小 760 29.9 中 933 36.6
		小 650 21.1~32.5 中 830 27.0~41.5	小 685 29.2 中 819 34.2	小 760 29.9 中 933 36.6
6 ごはん キャベツメンチカツ クービリチー もずくのスープ のりの佃煮	7 ごはん 星のハンバーグりんごソース ウィンナーと野菜のソテー 天の川スープ きらきらみかん セタメニュー	8 夏野菜のカレー ソーダゼリー和え	9 ごはん にらまんじゅう （小1~4① 小5~中②） こんにゃくのチャブチェ みそワントンスープ	10 冷やしうどん （野菜の具 めんつゆ） とりの天ぷら フローズンヨーグルトレモン
小 658 22.4 中 813 27.5	小 723 19.9 中 869 23.8	小 810 25.4 中 975 28.2	小 599 19.8 中 770 24.1	小 587 27.3 中 728 34.5
13 ごはん 鶏肉のみそ焼き ひじきの炒り煮 豚汁	14 ごはん 棒ギョウザ（小① 中②） マーボーなす わかめスープ	15 ごはん ほっけのみりん焼き 肉じゃが キャベツのみそ汁	16 そぼろ丼 野菜シュウマイ（小① 中②） 玉ねぎのみそ汁	17 ナン ウィンナー キーマカレー ABCスープ レモンゼリー
小 654 33.5 中 766 37.3	小 591 20.2 中 777 27.3	小 661 30.0 中 802 37.2	小 698 32.2 中 891 41.1	小 632 30.9 中 847 40.6
20  海の日	21 塩レモン豚丼 さやいんげんのみそ汁 バニラ大福	22 ポークハヤシライス さっぱりサラダ シークワサーゼリー	今月の北秋田市産 ※米 ※うどん ※大豆 ※ふき ※にんにく ※スナッペンとう ※さやいんげん ※トマト※キャベツ ※ジャンボいんげん	
	小 714 26.3 中 883 32.3	小 656 15.7 中 810 19.5	 北秋田市のHPで 学校給食を紹介しています	

※材料の都合により、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。