

月			火			水			木			金		
こんだてちゅうすじ 献立中の数字は ひだりがわ 左側がエネルギー (kcal) みぎがわ 右側がたんぱく質 (g) あらわ を表しています。 【基準値】			1 ぼうさい ひ きょうしよく 防災の日給食	2		3		4						
ごはん ふりかけ いわしの梅煮 ストックサラダ とんじる			ごはん 葉大根のみそ汁 ぶどうゼリー		ごはん ヤンニョムチキン きゅうりさっぱりあえ もずくのスープ		冷やしきつねうどん きゃべつのメンチカツ ミニ豆乳プリン							
小	650	21.1~32.5	小	630	25.3	小	716	31.3	小	685	25.3	小	643	24.3
中	830	27.0~41.5	中	794	31.3	中	876	38.6	中	862	30.3	中	852	31.9
7 ごはん 白身魚のフライ 野菜のカレー炒め じゃがいものみそ汁			8 ごはん ミートボール酢豚 ごまブロッコリー わんたんスープ		9 ガバオ風ライス 中華風コーンスープ 原宿ドック チーズ		10 ごはん とり肉の照り焼き 塩肉じゃが わかめのみそ汁		11 コッペパン みかんジャム カレーポテトコロッケ フレンチサラダ まめストローネ					
小	646	24.0	小	668	25.3	小	725	28.3	小	672	27.4	小	646	22.3
中	820	30.4	中	845	31.2	中	863	33.7	中	851	33.1	中	832	28.6
14 ごはん ポークしゅうまい 坦々もやし とうふの中華スープ			15 ごはん ポークチャップ こまつなのソテー もやしのみそ汁		16 ポークカレー ぷるぷるゼリーあえ		17 ごはん ホキのピリッとジャン 大豆とひじきの煮物 ごまみそ汁		18 冷やし中華 かぼちゃといもの コロッケ りんごゼリー					
小	641	25.7	小	688	28.7	小	752	21.5	小	632	25.0	小	728	23.6
中	840	33.5	中	875	35.8	中	949	27.8	中	803	30.7	中	904	29.1
21 敬老の日			22 国民の休日		23 秋分の日		24 ポークハヤシライス 青じそ風味サラダ ベビーチーズ		25 じゅうごや きょうしよく 十五夜給食 枝豆ごはん うさぎ型ハンバーグ ひじきのツナいため 十五夜汁 お月見だんご					
28 ごはん とり肉の香味焼き 切干大根エスニック風 生揚げのみそ汁			29 清流米ごはん ほっけのピリ辛焼き 大根とぶた肉の煮つけ たまねぎのみそ汁		30 切り干し大根と ひき肉のビビンバ わかめととうふのスープ マスカットゼリー		おいしい 北秋田 きたあきたし 北秋田市のホームページで がっこうきょうしよくしょうかい 学校給食を紹介しています。		地場産物を使っています こめ せいりゅう まい 米・清流 米 塩こうじ だいず あきたしらかみにんにく きゅうり・米なす					
小	652	28.2	小	620	29.0	小	623	23.0						
中	841	35.9	中	792	35.5	中	807	28.8						

*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。