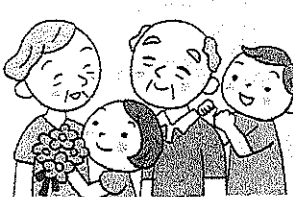
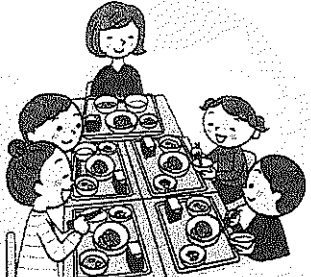
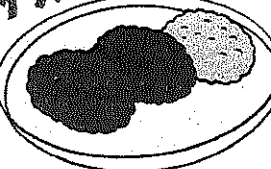


9月分よていにこんだてひょう

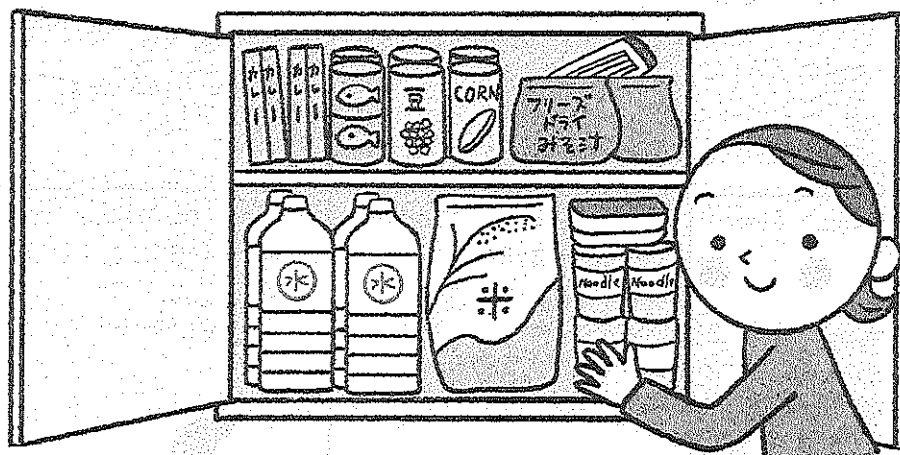
令和8年度

中標津町学校給食センター

月	火	水	木	金										
北海道オリオン株式 会社様(札幌市)より 牛乳贈答券を いただきました☆ 8日の「チャウダー」で使 用する脱脂粉乳の購入 に使わせていただきます。 ありがとうございました。	1日 小534kcal・中743kcal ・こくとうパン ・ミネストローネ ・ラザニアグラタン ・ブロッコリーと コーンのサラダ 黒糖パン ベーコン、人参、玉ねぎ、キャベツ、じゃがいも、にんにく、トマトケチャップ、トマトダイス缶、赤ワイン、コンソメ、ガラフレッシュチキン、塩、オリーブオイル、パセリ ラザニアグラタン ブロッコリー、人参、コーン、和風ドレッシング	2日 小626kcal・中764kcal ・しょうゆとんこつ ラーメン ・たまごコ ・はくさいおかかあえ 茹でラーメン、味付メンマ、つと、豚肉、人参、もやし、長葱、わかめ、ガラフレッシュ白湯、ポークフィヨン、塩、醤油ラーメンたれ、こしょう たまごコ、菜種油 人参、白菜、薄口醤油、白いりごま、鰹節	3日 小739kcal・中867kcal ・チキンハヤシライス ・さきさきチーズ ・ソーダゼリーあえ 精白米、玉葱、鶏肉、じゃが芋、人参、生姜、にんにく、カレー粉、ブイヨン、ウスターソース、トマトケチャップ、赤ワイン、ハヤシフレーク、デラックスキングカレー さきさきチーズ カットゼリーサイダー、ナタデココ	4日 小644kcal・中792kcal ・ごはん ・かぼちゃだんごじる ・しろみさかなフライ (バックソース) ・だいこんとはるさめの からみに 精白米 おじゃがもちボールかぼちゃ、人参、油揚げ、ほうれん草、昆布だし、鰹だし、みりん、薄口醤油 白身魚フライ、菜種油、バックソース 豚肉、生姜、にんにく、大根、人参、香葱、ポークフィヨン、上白糖、濃口醤油、みりん、豆板醤										
7日 小713kcal・中827kcal ・ごはん ・みそしる (だいこん・あつあげ) ・いわししょうがに ・じゃがいもと ぶたにくのみそいため 精白米 大根、厚揚げ、黄大根、いりこだし、鰹だし、白味噌 いわし生姜煮 豚肉、人参、玉葱、じゃが芋、ピーマン、生姜、にんにく、濃口醤油、みりん、白味噌、三温糖、豆板醤	8日 小729kcal・中952kcal ・コッペパン (いちごジャム) ・チャウダー ・チキンカレーやき ・やさいのガーリック バターソテー コッペパン、いちごミックスジャム ベーコン、玉葱、人参、あさり、中標津牛乳、中標津生クリーム、バター、ポークフィヨン、塩、コーンポタージュ、ホワイトルー、ポタージュJ、脱脂粉乳、こしょう 鶏肉、塩、こしょう、強力粉、カレー粉 カットウィンナー、人参、キャベツ、グリーン野菜ミックス(ズッキーニ、赤ピーマン、黄ピーマン、なす)、コーン、ピーマン、にんにく、バター、塩、こしょう	9日 小591kcal・中744kcal ・かしわうどん ・かぼちゃ ひきにくフライ ・ミニだいいく (ストロベリー) 茹でうどん、鶏肉、椎茸、つと、人参、ほうれん草、長葱、昆布だし、鰹だし、三温糖、濃口醤油、みりん かぼちゃひき肉フライ、菜種油 ミニ大福(ストロベリー)	10日 小629kcal・中751kcal ・ビビンバどん (にくそぼろ・やさい) ・ちゅうかスープ 精白米、豚肉、大豆ミートミンチ、味付メンマ、豆腐、酒、みりん、赤味噌、濃口醤油、上白糖、にんにく、生姜、豆板醤、白いりごま、人参、もやし、ほうれん草、薄口醤油、りんご酢、ごま油 干椎茸、人参、かに風味かまぼこ、チンゲン菜、ポークフィヨン、塩、鶏だし、薄口醤油、こしょう、澱粉	11日 小715kcal・中860kcal ・ごはん ・みそしる(ふ・わかめ) ・すぶた ・バンバンジーサラダ 精白米 人参、わかめ、いりこだし、鰹だし、白味噌 人参、干椎茸、竹の子、玉葱、ピーマン 国産豚もも竜田揚げ、菜種油、オイスターソース、薄口醤油、りんご酢、上白糖、トマトケチャップ、澱粉 もやし、きゅうり、人参、ささみ、白味噌、薄口醤油、上白糖、りんご酢、なごみ、ごま油、豆板醤										
14日 小617kcal・中700kcal ・ごはん ・しろみさかなの つみれじる ・とんかつ(バックソース) ・もやしとほうれんそう のごまあえ 精白米 白身魚のつみれ、大根、人参、白菜、ごぼう、長葱、昆布だし、鰹だし、みりん、薄口醤油 ヒレカツ、菜種油、バックソース 人参、もやし、ほうれん草、薄口醤油、上白糖、黒すりごま	15日 小590kcal・中814kcal ・ミルクパン ・にくだんごと はるさめのスープ ・チリコンカン ・ツナサラダ (Pドレッシングかおりごま) ミルクパン 安心素材ミートボール、人参、香葱、ほうれん草、ポークフィヨン、ブイヨン、ブイヨン、鶏だし、塩、こしょう 豚肉、大豆ミートミンチ、玉葱、人参、マッシュルーム、大豆、加ー粉、タマネギ、オスターソース、トマトケチャップ、トマトピューレ、赤ワイン、パセリ、塩、こしょう 人参、キャベツ、まぐろ水煮、Pドレッシングかおりごま	16日 小664kcal・中852kcal ・わふうスパゲティ ・ささみチーズフライ (中のみ2口) ・やきプリンタルト スパゲティ、塩、鶏肉、干椎茸、人参、玉葱、キャベツ、ピーマン、鶏だし、スパ味、薄口醤油、オイスターソース ささみチーズフライ、菜種油 焼きプリンタルト	17日 小626kcal・中743kcal ・ガパオライス ・たまごスープ ・さつまいもチップス 精白米、豚肉、大豆ミートミンチ、玉葱、ピーマン、赤パプリカ、黄パプリカ、人参、竹の子、ごま油、にんにく、生姜、オイスターソース、鶏だし、濃口醤油、三温糖、豆板醤、こしょう、ハーブシーズニング ベーコン、干椎茸、人参、ほうれん草、鶏卵、ポークフィヨン、ブイヨン、ブイヨン、塩、こしょう さつまいもチップス	18日 小642kcal・中739kcal ・ごはん(おかかふりかけ) ・みそしる (あさり・ながねぎ) ・こうみチキンやき ・いとかまとキャベツの ちゅうかサラダ 精白米、おかかふりかけ 人参、あさり、長葱、いりこだし、鰹だし、白味噌 鶏肉、野菜すりおろし(玉葱、セロリ、人参)、濃口醤油、赤ワイン 糸かまぼこ、きゅうり、キャベツ、人参、薄口醤油、上白糖、りんご酢、ごま油										
21日 敬老の日 	22日 	23日 秋分の日 	24日 小754kcal・中877kcal ・ポークカレーライス ・ブロッコリーと ツナのサラダ ・はちみつレモンゼリー 精白米、玉葱、豚肉、じゃが芋、人参、中標津牛乳、生姜、にんにく、カレー粉、ポークフィヨン、チャツネ、ブルーネエクス、バーモントカレー給食用、とろける給食用カレー、デラックスキングカレー ブロッコリー、人参、黄パプリカ、まぐろ水煮、和風ドレッシング はちみつレモンゼリー	25日 小774kcal・中900kcal ・ごはん ・しらたまじる ・いかなんぱん ・ちくぜんに  精白米 鶏肉、ごぼう、干椎茸、つと、大根、人参、白玉餅、長葱、塩、昆布だし、鰹だし、鶏だし、みりん、薄口醤油 いか天ぷら、菜種油、玉葱、濃口醤油、上白糖、りんご酢、水 鶏肉、れんこん、人参、竹の子、こんにゃく、里芋、なめらかがんも、三温糖、濃口醤油、みりん										
28日 小662kcal・中818kcal ・ごはん ・みそしる (ほうれんそう・さつまあげ) ・サーモンフライ (バックソース) ・カレーあじいりどうふ 精白米 人参、さつま揚げ、ほうれん草、いりこだし、鰹だし、白味噌 サーモンフライ、菜種油、バックソース 人参、ホールコーン、いんげん、えび、玉葱、豆腐、カレー粉、デラックススキングカレー、三温糖、濃口醤油、みりん	29日 小698kcal・中909kcal ・ソフトフランスパン (くろまめきなこクリーム) ・ブラウシチュー ・チーズハンバーグ ・だいこんサラダ ソフトフランスパン、黒豆きなこクリーム 玉葱、豚肉、じゃが芋、人参、中標津牛乳、人参、バター、生姜、にんにく、ブイヨン、ブイヨン、チャツネ、ブルーネエクス、ウスターソース、トマトピューレ、赤ワイン、ピーフシチュー素、こしょう チーズハンバーグ 人参、大根、きゅうり、和風ドレッシング、白いりごま	30日 小685kcal・中825kcal ・みそバターコーン ラーメン ・ミートコロケ ・りんご 茹でラーメン、味付メンマ、つと、豚肉、人参、もやし、ホールコーン、長葱、わかめ、ガラスープチキン、ポークフィヨン、塩、味噌ラーメンたれ、にんにく、バター、一味唐辛子 ミートコロケ、菜種油 カットりんご	中学生保護者及び教職員の皆さまへ 【9月の学校集金日は以下のとおりです】<table><tr><th>中標津小</th><th>東小</th><th>丸山小</th><th>中標津中</th><th>広陵中</th></tr><tr><td>7日</td><td>8日</td><td>9日</td><td>10日</td><td>11日</td></tr></table>口座振替の方は 9月28日(月) が振替日です。 ※給食の食材は、納めていただいた給食費で購入しておりますので、給食費は忘れずに納めてください。 ※口座振替ができなかった場合は、翌月にその分を上乗せして手続きをします。 ※小学生は無償化のため集金はありません。 ☆お問い合わせ・納付の相談☆ 中標津町学校給食センター ☎ 72-2673 (午前8時15分から午後4時半まで) 		中標津小	東小	丸山小	中標津中	広陵中	7日	8日	9日	10日	11日
中標津小	東小	丸山小	中標津中	広陵中										
7日	8日	9日	10日	11日										

9月の主な加工品の原材料

カットゼリーサイダー	砂糖・ぶどう糖果糖液糖、砂糖、ぶどう糖、レモン果汁（濃縮還元）、水、乳酸Ca、ゲル化剤（増粘多糖類）、酸味料、ビタミンC、クエン酸鉄Na、香料、クチナシ青色素、紅花色素
いわし生姜煮	いわし、糖類（水あめ、砂糖）、しょうゆ、発酵調味料、おろししょうが、こんぶだし、醸造酢、食塩、水、増粘剤、着色料（カラメル色素）、調味料（アレルギー：小麦、大豆）
カットウィンナー	豚肉、豚脂肪、でん粉、玉ねぎ、海藻粉末、食塩、酵母エキス、香辛料、砂糖、香辛料抽出物（アレルギー：豚肉）
かぼちゃひき肉フライ	かぼちゃ、たまねぎ、豚肉、砂糖、しょうゆ、豚脂、粒状植物性たん白、でん粉、パン粉、発酵調味料、小麦グルテン酵素分解物、ウスターソース、香辛料、衣（パン粉、でん粉、小麦粉、植物油、デキストリン）、加工デンプン、調味料（アミノ酸）、着色料（カラメル、紅麹、ラック）（アレルギー：小麦、大豆、豚肉、りんご）
ミニ大福（ストロベリー）	豆乳加工品（植物油、豆乳クリーム、砂糖類、澱粉、食塩、水）、砂糖、もち粉、上新粉、還元水あめ、いちごペースト（糖類、いちご、寒天）、食用油脂、加工デンプン、セルロース、乳化剤、香料、糊料（加工澱粉、増粘多糖類）、PH調整剤、着色料（クチナシ、紅麹、ビートレッド、カロチノイド）、トレハロース、安定剤、酵素、酸味料、塩化マグネシウム（アレルギー：大豆）
白身魚のつみれ	すけそうだらすり身、鯛だし、砂糖、食塩、発酵調味料、たん白加水分解物、澱粉加工品、酵母エキス、植物油、水、加工澱粉、乳化剤、pH調整剤、製造用剤
ささみチーズフライ	鶏肉、プロセスチーズ、粉末状植物性たん白、植物油、トマトケチャップ、砂糖、チーズ風味調味料、食塩、衣（パン粉、小麦粉、澱粉、大豆粉、植物油、乳糖、全卵粉、水）、加工澱粉、乳化剤（アレルギー：小麦、卵、乳、大豆、鶏肉）
はちみつレモンゼリー	糖類（水飴、果糖ぶどう糖液糖）、レモン果汁、はちみつ、ゲル化剤（増粘多糖類）、酸味料、クエン酸鉄Na、香料、着色料（ビタミンB2）
なめらかがんも	豆乳、粉状大豆たん白、植物油、人参、澱粉、食塩、ごま、ぶどう糖、こんぶエキス、酵母エキス、揚げ油（なたね油）、凝固剤（アレルギー：大豆、ごま）
チーズハンバーグ	鶏肉、たまねぎ、粒状植物性たん白、豚脂、乳等を主要原料とする食品、つなぎ（パン粉、粉末状植物性たん白）、しょうゆ、食塩、砂糖、発酵調味料、たん白加水分解物、香辛料、植物油、水、加工デンプン、安定剤、調味料（アミノ酸）、キシロース、リン酸塩（Na、K）、乳化剤、着色料、PH調整剤、香料（アレルギー：小麦、卵、乳成分、大豆、鶏肉、豚肉）



すこ おお
少し多めに
か つね しょう ひ
買って常に常備。
ふる
古いものから
つか
使う!

さい がい そな
災害に備えよう!

ローリング
ストッフ法

つか ふん
使った分を
か た
買い足す!



せい かつ
ふだんの生活で
しょう ひ ひ しょうよく
消費。非常食も
た な
食べ慣れておく!



そな う しょうひん さいてい か ふん
備えあれば憂いなし! 食品は最低3日分、
しゅうかん ふん び ちく
できれば1週間分くらいの備蓄を!