



地場産物給食

給食のメニューで人気のスパイシー
ジギスカンライスは、9月12日
(金)は稚内市内で加工された鹿肉ジ
ギスカンを使用し地場産物給食として
【スパイシー鹿肉ジギスカンライ
ス】が提供されます。

季節の日本の食 9月

桃の節句はとても有名ですが、菊の節句は
ご存じでしょうか？ 菊の節句は9月9日
です。菊の節句の意味は不老長寿や繁栄を
願う行事で菊を用いて厄払いを行います。
江戸時代に親しまれた行事です。稚内養護
学校では9月9日(火)に菊花のお吸い物が出
ます。

ひにち	こんだて	しょくざい			エネルギー (kcal)
1(月)	おやこどん キャベツとあぶらあげのみそしる ツナいりわかめサラダ	こめ むぎ	とりももにく けいらん なた あぶらあげ わかめ ツナ	たまねぎ にんじん ほししいたけ たけのこ キャベツ	618
2(火)	みそラーメン あげはるまき あんにんマンゴー	ちゅうかめん あんにんどうふ	はるまき ぶたももにく	たまねぎ ビーマン にんじん もやし しょうが マンゴーかん	599
3(水)	しょくパン ブルーベリージャム パンプキンポタージュ とりのマヨネーズやき やさいとベーコンのソテー	しょくパン ごま ブルーベリージャム	ベーコン とりももにく	かぼちゃ こねぎ ブロッコリー しめじ にんじん	749
4(木)	カレーライス おかかチーズサラダ ももゼリー	こめ むぎ じゃがいも ももゼリー	ぶたももにく プロセスチーズ かつおぶし	たまねぎ にんじん ブロッコリー	651
5(金)	ごはん ほうれんそうとえのきたけのみそしる とりにくとじゃがいもでとり もやしのこうみいため	こめ むぎ じゃがいも	とりももにく さつまあげ	ほうれんそう えのきたけ いんげん しょうが もやし にんじん ビーマン	552
8(月)	ごはん かんこくふうすましじる ブルコギ もやしのナムル	こめ むぎ はるさめ ごま さつまいも	ぎゅうももにく	ななめがた ごぼう たまねぎ こねぎ にんにく しょうが もやし にんじん きゅうり あかビーマン	642
9(火)	ごはん きくのおすいもの ほっけしおやき なすのみそいため	こめ むぎ まめふ	あさり きぬこしとうふ ほっけ ぶたばらにく	ほししいたけ みずな なす にんじん きく しょうが ビーマン	620
10(水)	ごはん はくさいとしめじのみそしる メンチカツ あつあげのもの	こめ むぎ	あつあげ メンチカツ かつおぶし	はくさい しめじ ほししいたけ こまつな	617
11(木)	ごはん だいこんとあぶらあげのみそしる すきやきふうに ビーマンのじゃこいため	こめ むぎ ごま	あぶらあげ ぶたばらにく もめんどうふ やきちくわ しらす	だいこん しらたき たまねぎ にんじん はくさい ななめがた えのきたけ ビーマン あかビーマン	604
12(金)	スパイシーしかにくジギスカンライス わかめスープ さつまいもとブロッコリーのサラダ	こめ むぎ さつまいも ごま	えぞしかにく わかめ ベーコン	にんじん たまねぎ ビーマン きバブリ カ ほししいたけ ななめがた ブロッコリー	641
15(月)	けいろうのひ				
16(火)	さんさいうどん ちくわカレーあげ はちみつレモンゼリー	うどん はちみつレモンゼリー	あぶらあげ けいらん とりむねにく やきちくわ	たまねぎ わらび ななめがた ふき ほししいたけ	662
17(水)	ごはん アスパラスープ にこみハンバーグ マカロニサラダ	こめ むぎ マカロニ	ぶたばらにく ハンバーグ プロセスチーズ	アスパラ コーン たまねぎ ビーマン しめじ きゅうり にんじん にんにく	723
18(木)	ごはん あさりとわかめのみそしる ひとくちカツ きりほしだいこんのもの	こめ むぎ	あさり わかめ ひとくちカツ あぶらあげ	きりほしだいこん にんじん こまつな	641
19(金)	さつまいもごはん みずなともやしのみそしる はんぺんチーズフライ かいそうサラダ	こめ むぎ さつまいも	はんぺんチーズ わかめ ロースハム	みずな もやし だいこん きゅうり にんじん しめじ	556
22(月)	ごはん はくさいとたまごのみそしる とりのてりやき だいこんとぶたのべっこうに	こめ むぎ	けいらん とりももにく ぶたばらにく	はくさい だいこん こんにゃく にんじ ん	649
23(火)	しゅうぶんのひ				
24(水)	バターロール やさいとマカロニのスープ ほたてクリームコロッケ ブロッコリーガーリックソテー	バターロール マカロニ	ロースハム ぶたばらにく ほたてクリームコロッケ	はくさい たまねぎ にんじん ブロッコリー えだまめ にんにく	578
25(木)	ごはん じゃがいもととうふのみそしる しおさば おからのいりに	こめ むぎ じゃがいも	もめんどうふ おから ひじき あさり さつまあげ	にんじん グリーンピース ほししいたけ	723
26(金)	ぶたどん なめことみつばのみそしる えだまめサラダ	こめ むぎ	ぶたももにく ロースハム ひじき	なめこ みつば にんじん もやし えだまめ	618
29(月)	ごはん しいたけとなすのみそしる たらのマヨネーズやき あつあげのあまからいため	こめ むぎ	たら あつあげ とりももにく	なす ほししいたけ こねぎ にんじん こまつな しょうが	626
30(火)	チキントマトスパゲッティ レタスとエリンギのスープ ソファール・プレーン	スパゲッティ	とりももにく ロースハム ソファール・プレーン	たまねぎ にんじん ビーマン コーン マッシュルーム レタス エリンギ	520

※購入物資の関係で献立を変更することがあります。あらかじめ御了承ください。
※牛乳は毎日つきます。牛乳は主に体をつくる(赤)の食品です。

・献立平均 629kcal
・目標値 611kcal
(・充足率 103%)



地場産物給食

給食のメニューで人気のスパイシー
ジギスカンライスは、9月12日
(金)は稚内市内で加工された鹿肉ジ
ギスカンを使用し地場産物給食として
【スパイシー鹿肉ジギスカンライ
ス】が提供されます。

季節の日本の食 9月

桃の節句はとても有名ですが、菊の節句は
ご存じでしょうか？ 菊の節句は9月9日
です。菊の節句の意味は不老長寿や繁栄を
願う行事で菊を用いて厄払いを行います。
江戸時代に親しまれた行事です。稚内養護
学校では9月9日(火)に菊花のお吸い物が出
ます。

ひにち	こんだて	しょくざい			エネルギー (kcal)
1(月)	おやこどん キャベツとあぶらあげのみそしる ツナいりわかめサラダ	こめ むぎ	とりももにく けいらん なた あぶらあげ わかめ ツナ	たまねぎ にんじん ほししいたけ たけのこ キャベツ	764
2(火)	みそラーメン あげはるまき あんにんマンゴー	ちゅうかめん あんにんどうふ	はるまき ぶたももにく	たまねぎ ビーマン にんじん もやし しょうが マンゴーかん	665
3(水)	しょくパン ブルーベリージャム パンプキンポタージュ とりのマヨネーズやき やさいとベーコンのソテー	しょくパン ごま ブルーベリージャム	ベーコン とりももにく	かぼちゃ こねぎ ブロッコリー しめじ にんじん	869
4(木)	カレーライス おかかチーズサラダ ももゼリー	こめ むぎ じゃがいも ももゼリー	ぶたももにく プロセスチーズ かつおぶし	たまねぎ にんじん ブロッコリー	768
5(金)	ごはん ほうれんそうとえのきたけのみそしる とりにくとじゃがいもでとり もやしのこうみいため	こめ むぎ じゃがいも	とりももにく さつまあげ	ほうれんそう えのきたけ いんげん しょうが もやし にんじん ビーマン	639
8(月)	ごはん かんこくふうすましじる ブルコギ もやしのナムル	こめ むぎ はるさめ ごま さつまいも	ぎゅうももにく	なかなねぎ ごぼう たまねぎ こねぎ にんにく しょうが もやし にんじん きゅうり あかビーマン	746
9(火)	ごはん きくのおすいもの ほっけしおやき なすのみそいため	こめ むぎ まめふ	あさり きぬごしとうふ ほっけ ぶたばらにく	ほししいたけ みずな なす にんじん きく しょうが ビーマン	721
10(水)	ごはん はくさいとしめじのみそしる メンチカツ あつあげのもの	こめ むぎ	あつあげ メンチカツ かつおぶし	はくさい しめじ ほししいたけ こまつな	706
11(木)	ごはん だいこんとあぶらあげのみそしる すきやきふうに ビーマンのじゃこいため	こめ むぎ ごま	あぶらあげ ぶたばらにく もめんどうふ やきちくわ しらす	だいこん しらたき たまねぎ にんじん はくさい なかなねぎ えのきたけ ビーマン あかビーマン	729
12(金)	スパイシーしかにくジギスカンライス わかめスープ さつまいもとブロッコリーのサラダ	こめ むぎ さつまいも ごま	えぞしかにく わかめ ベーコン	にんじん たまねぎ ビーマン きバブリ カ ほししいたけ なかなねぎ ブロッコリー	735
15(月)	けいろうのひ				
16(火)	さんさいうどん ちくわカレーあげ はちみつレモンゼリー	うどん はちみつレモンゼリー	あぶらあげ けいらん とりむねにく やきちくわ	たまねぎ わらび なかなねぎ ふき ほししいたけ	783
17(水)	ごはん アスパラスープ にこみハンバーグ マカロニサラダ	こめ むぎ マカロニ	ぶたばらにく ハンバーグ プロセスチーズ	アスパラ コーン たまねぎ ビーマン しめじ きゅうり にんじん にんにく	827
18(木)	ごはん あさりとわかめのみそしる ひとくちカツ きりほしだいこんのもの	こめ むぎ	あさり わかめ ひとくちカツ あぶらあげ	きりほしだいこん にんじん こまつな	767
19(金)	さつまいもごはん みずなともやしのみそしる はんぺんチーズフライ かいそうサラダ	こめ むぎ さつまいも	はんぺんチーズ わかめ ロースハム	みずな もやし だいこん きゅうり にんじん しめじ	615
22(月)	ごはん はくさいとたまごのみそしる とりのてりやき だいこんとぶたのべっこうに	こめ むぎ	けいらん とりももにく ぶたばらにく	はくさい だいこん こんにゃく にんじ ん	774
23(火)	しゅうぶんのひ				
24(水)	バターロール やさいとマカロニのスープ ほたてクリームコロッケ ブロッコリーガーリックソテー	バターロール マカロニ	ロースハム ぶたばらにく ほたてクリームコロッケ	はくさい たまねぎ にんじん ブロッコリー えだまめ にんにく	708
25(木)	ごはん じゃがいもととうふのみそしる しおさば おからのいりに	こめ むぎ じゃがいも	もめんどうふ おから ひじき あさり さつまあげ	にんじん グリーンピース ほししいたけ	812
26(金)	ぶたどん なめことみつばのみそしる えだまめサラダ	こめ むぎ	ぶたももにく ロースハム ひじき	なめこ みつば にんじん もやし えだまめ	726
29(月)	ごはん しいたけとなすのみそしる たらのマヨネーズやき あつあげのあまからいため	こめ むぎ	たら あつあげ とりももにく	なす ほししいたけ こねぎ にんじん こまつな しょうが	723
30(火)	チキントマトスパゲッティ レタスとエリンギのスープ ソファール・プレーン	スパゲッティ	とりももにく ロースハム ソファール・プレーン	たまねぎ にんじん ビーマン コーン マッシュルーム レタス エリンギ	640

※購入物資の関係で献立を変更することがあります。あらかじめ御了承ください。
※牛乳は毎日つきます。牛乳は主に体をつくる(赤)の食品です。

・献立平均 736kcal
・目標値 715kcal
(・充足率 103%)



地場産物給食

給食のメニューで人気のスパイシー
ジギスカンライスは、9月12日
(金)は稚内市内で加工された鹿肉ジ
ギスカンを使用し地場産物給食として
【スパイシー鹿肉ジギスカンライ
ス】が提供されます。

季節の日本の食 9月

桃の節句はとても有名ですが、菊の節句は
ご存じでしょうか？ 菊の節句は9月9日
です。菊の節句の意味は不老長寿や繁栄を
願う行事で菊を用いて厄払いを行います。
江戸時代に親しまれた行事です。稚内養護
学校では9月9日(火)に菊花のお吸い物が出
ます。

ひにち	こんだて	しょくざい			エネルギー (kcal)
1(月)	おやこどん キャベツとあぶらあげのみそしる ツナいりわかめサラダ	こめ むぎ	とりももにく けいらん なたと あぶらあげ わかめ ツナ	たまねぎ にんじん ほししいたけ たけのこ キャベツ	831
2(火)	みそラーメン あげはるまき あんにんマンゴー	ちゅうかめん あんにんどうふ	はるまき ぶたももにく	たまねぎ ビーマン にんじん もやし しょうが マンゴーかん	717
3(水)	しょくパン ブルーベリージャム パンプキンポタージュ とりのマヨネーズやき やさいとベーコンのソテー	しょくパン ごま ブルーベリージャム	ベーコン とりももにく	かぼちゃ こねぎ ブロッコリー しめじ にんじん	953
4(木)	カレーライス おかかチーズサラダ ももゼリー	こめ むぎ じゃがいも ももゼリー	ぶたももにく プロセスチーズ かつおぶし	たまねぎ にんじん ブロッコリー	816
5(金)	ごはん ほうれんそうとえのきたけのみそしる とりにくとじゃがいもでとり もやしのこうみいため	こめ むぎ じゃがいも	とりももにく さつまあげ	ほうれんそう えのきたけ いんげん しょうが もやし にんじん ビーマン	694
8(月)	ごはん かんこくふうすましじる ブルコギ もやしのナムル	こめ むぎ はるさめ ごま さつまいも	ぎゅうももにく	なかなねぎ ごぼう たまねぎ こねぎ にんにく しょうが もやし にんじん きゅうり あかビーマン	804
9(火)	ごはん きくのおすいもの ほっけしおやき なすのみそいため	こめ むぎ まめふ	あさり きぬこしとうふ ほっけ ぶたばらにく	ほししいたけ みずな なす にんじん きく しょうが ビーマン	771
10(水)	ごはん はくさいとしめじのみそしる メンチカツ あつあげのもの	こめ むぎ	あつあげ メンチカツ かつおぶし	はくさい しめじ ほししいたけ こまつな	731
11(木)	ごはん だいこんとあぶらあげのみそしる すきやきふうに ビーマンのじゃこいため	こめ むぎ ごま	あぶらあげ ぶたばらにく もめんどうふ やきちくわ しらす	だいこん しらたき たまねぎ にんじん はくさい なかなねぎ えのきたけ ビーマン あかビーマン	773
12(金)	スパイシーしかにくジギスカンライス わかめスープ さつまいもとブロッコリーのサラダ	こめ むぎ さつまいも ごま	えぞしかにく わかめ ベーコン	にんじん たまねぎ ビーマン きバブリ カ ほししいたけ なかなねぎ ブロッコリー	813
15(月)	けいろうのひ				
16(火)	さんさいうどん ちくわカレーあげ はちみつレモンゼリー	うどん はちみつレモンゼリー	あぶらあげ けいらん とりむねにく やきちくわ	たまねぎ わらび なかなねぎ ふき ほししいたけ	857
17(水)	ごはん アスパラスープ にこみハンバーグ マカロニサラダ	こめ むぎ マカロニ	ぶたばらにく ハンバーグ プロセスチーズ	アスパラ コーン たまねぎ ビーマン しめじ きゅうり にんじん にんにく	886
18(木)	ごはん あさりとわかめのみそしる ひとくちカツ きりほしだいこんのもの	こめ むぎ	あさり わかめ ひとくちカツ あぶらあげ	きりほしだいこん にんじん こまつな	829
19(金)	さつまいもごはん みずなともやしのみそしる はんぺんチーズフライ かいそうサラダ	こめ むぎ さつまいも	はんぺんチーズ わかめ ロースハム	みずな もやし だいこん きゅうり にんじん しめじ	689
22(月)	ごはん はくさいとたまごのみそしる とりのてりやき だいこんとぶたのべっこうに	こめ むぎ	けいらん とりももにく ぶたばらにく	はくさい だいこん こんにゃく にんじ ん	801
23(火)	しゅうぶんのひ				
24(水)	バターロール やさいとマカロニのスープ ほたてクリームコロッケ ブロッコリーガーリックソテー	バターロール マカロニ	ロースハム ぶたばらにく ほたてクリームコロッケ	はくさい たまねぎ にんじん ブロッコリー えだまめ にんにく	727
25(木)	ごはん じゃがいもととうふのみそしる しおさば おからのいりに	こめ むぎ じゃがいも	もめんどうふ おから ひじき あさり さつまあげ	にんじん グリーンピース ほししいたけ	840
26(金)	ぶたどん なめことみつばのみそしる えだまめサラダ	こめ むぎ	ぶたももにく ロースハム ひじき	なめこ みつば にんじん もやし えだまめ	787
29(月)	ごはん しいたけとなすのみそしる たらのマヨネーズやき あつあげのあまからいため	こめ むぎ	たら あつあげ とりももにく	なす ほししいたけ こねぎ にんじん こまつな しょうが	756
30(火)	チキントマトスパゲッティ レタスとエリンギのスープ ソファール・ブレン	スパゲッティ	とりももにく ロースハム ソファール・ブレン	たまねぎ にんじん ビーマン コーン マッシュルーム レタス エリンギ	693

※購入物資の関係で献立を変更することがあります。あらかじめ御了承ください。
※牛乳は毎日つきます。牛乳は主に体をつくる(赤)の食品です。

・献立平均 788kcal
・目標値 787kcal
(・充足率 100%)