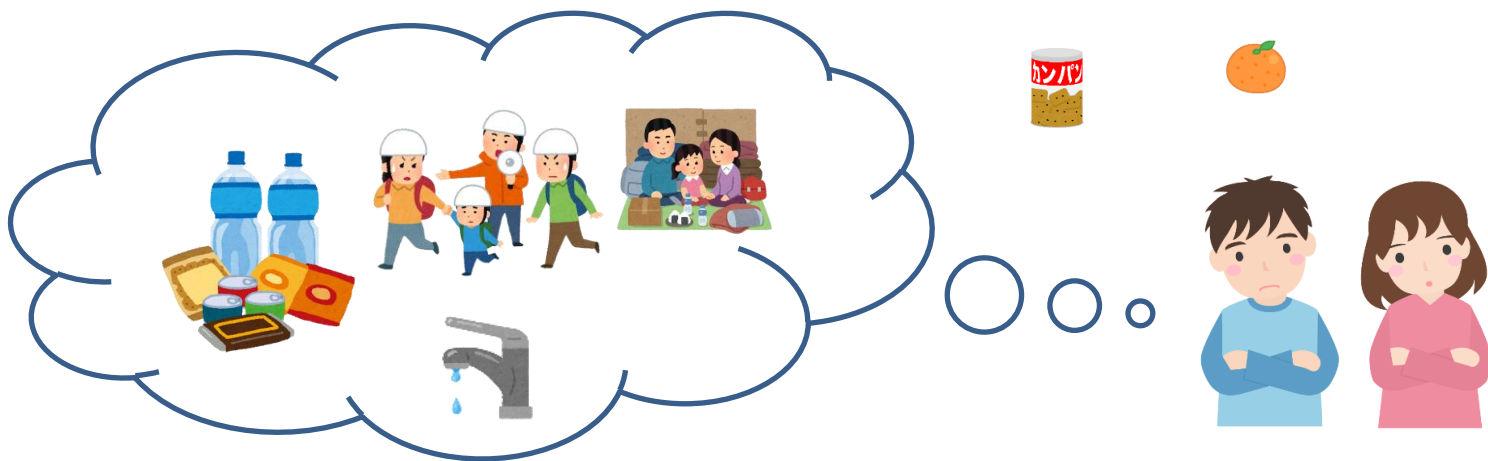


9/12(木)は 防災給食です



近年、集中豪雨や台風の多発、甚大かつ広域的な被害をもたらした東日本大震災、熊本地震などに加え、平成30年9月6日に発生した北海道胆振東部地震では、北広島市内で震度5弱を観測し、家屋の損壊や宅地の陥没、停電など大きな被害が生じました。これら災害時の対応を図るために、2学期から「北広島市防災食育センター」が稼働し、平常時は小学校給食を調理し、災害時には市内の避難生活者約8000人を対象に、塩おにぎり、あたたかい汁物の提供を計画しています。

そこで、「防災意識の向上」や「災害への備え」を図るため、中学校でも給食の時間に災害時の炊き出しを想定した防災給食の提供を行います。献立は、地震・浸水等の災害が発生で水道が使用できなくなったことを想定し、ビニール袋を使用し生徒自身が握る「セルフ塩おにぎり」、炊き出しを想定した「豚汁」、支援食料を想定した「牛乳」「冷凍みかん」です。災害時における水の大切さや食べ物の有難さ、災害の備えについて考える機会にしましょう。



献立表

2024年

北広島市西の里中学校給食調理場

献立名	主な食品		
	エネルギーになる	体をつくる	体の調子を整える
27 火 五目うどん	うどん 三温糖	鶏肉 油揚げ つと(たらすりみ)	人参 ほうれん草 椎茸 長葱
ごまだれいもち	菜種油 三温糖 黒砂糖 水あめ ごま だん粉 じゃがいも 砂糖		
779 kcal 小松菜とツナの和え物	三温糖 ごま油	まぐろ油漬	小松菜 キャベツ 人参
28 水 ミルクパン	ミルクパン (乳・卵使用)		
イタリアンスープ	じゃがいも	ウインナー 白いんげん豆	玉葱 人参 バセリ キャベツ しめじ
手づくりハンバーグ	パン粉 三温糖	豚肉 鶏卵 牛乳	玉葱 トマト
822 kcal ほうれん草とベーコンのサラダ	ドレッシング (乳・りんご・ごま使用)	ベーコン	ほうれん草 人参 コーン

献立名	主な食品		
	エネルギーになる	体をつくる	体の調子を整える
29 木 夏野菜トマトカレー	麦ご飯 小麦粉 米油	豚肉 大豆 チーズ	人参 なす 玉葱 かぼちゃ トマト 枝豆 パナナ 生姜 にんにく スッキーニ りんご
キャベツサラダ ごまドレッシング (個袋)	ドレッシング (ごま使用)	鶏肉	キャベツ きゅうり 人参
889 kcal パイン缶			パイン
30 水 市内中体連新人戦			

北広島産野菜 (赤字にしています)

8,9月は、**人参、長葱、レタス**を使用する予定です。

米につきましては、全て北広島産です。



◎牛乳は毎日つきます。 ◎都合により一部献立を変更することがあります。

献立名	主な食品		
	エネルギーになる	体をつくる	体の調子を整える
2月 コーンピラフ 豆腐とレタスのスープ ザンギ 枝豆	ご飯 バター 米油 ごま油 ごま 小麦粉 でん粉 菜種油	ウインナー 豆腐 わかめ 鶏肉 鶏卵	玉葱 コーン 人参 パセリ エリンギ 長葱 レタス 生姜 にんにく 枝豆
3火	給食なし		
4水 背割りコッペパン ポテトボールスープ 焼きソーセージ ブロッコリーサラダ 和風ドレッシング(個袋) ミルメークココア	背割りコッペパン じゃがいも でん粉 砂糖 三温糖 でん粉 ドレッシング 砂糖 ココア	鶏肉 鶏肉 豚肉	人参 キャベツ しめじ パセリ 玉葱 トマト ブロッコリー コーン キャベツ
5木 ご飯 鶏団子の味噌汁 鮭のちゃんちゃん焼き ごま和え	ご飯 じゃがいも バン粉 大豆油 でん粉 砂糖 三温糖 バター 三温糖 ごま	豆腐 味噌 鶏肉 鮭 味噌 白菜 ほうれん草	ごぼう 人参 長葱 大根 舞茸 玉葱 玉葱 しめじ 生姜 キャベツ ピーマン
6金 ご飯 ギョウザスープ いかメンチカツ もやしのとえ物	ご飯 小麦粉 ごま油 砂糖 パン粉 砂糖 小麦粉 大豆油 菜種油 ごま 三温糖 ごま油 米油	豆腐 豚肉 鶏肉 大豆粉 いか	白菜 人参 長葱 椎茸 キャベツ 生姜 キャベツ 人参 生姜 にんにく もやし ほうれん草 人参
9月 ポークハヤシライス 野菜サラダ 黄桃缶	麦ご飯 米油 小麦粉 ドレッシング (りんご使用)	豚肉 チーズ 豚肉	エリンギ にんにく 玉葱 枝豆 人参 生姜 トマト キャベツ きゅうり コーン 人参
10火 焼きそば さつまパイ ごぼうサラダ	中華麺 米油 菜種油 小麦粉 砂糖 さつまいも マーガリン バン粉 マヨネーズ ごま 三温糖	つと(たらすりみ) 豚肉 レーズン ハム	キャベツ にんにく 玉葱 人参 椎茸 ピーマン ごぼう コーン 人参 いんげん
11水 ツナサンド 野菜スープ 豚肉のバーベキュー ソース焼き	角食 三温糖 マヨネーズ じゃがいも 三温糖	まぐろ油漬 ベーコン 豚肉	玉葱 きゅうり 玉葱 キャベツ 人参 パセリ りんご にんにく 生姜 長葱 レモン果汁
12木 セルフ塩おにぎり 豚汁 冷凍みかん 乾パン	ご飯 米油 じゃがいも 小麦粉 砂糖 ごま	豚肉 味噌 豆腐 みかん	大根 ごぼう 玉葱 ごんにやく 人参 しめじ 長葱 生姜
13金 ご飯 すき焼き 鶏肉の味噌マヨ焼き ピオーネ	ご飯 三温糖 黒砂糖 米油 マヨネーズ 三温糖	豚肉 豆腐 鶏肉 味噌	玉葱 白菜 長葱 舞茸 春菊 ごんにやく にんにく ピオーネ

献立名	主な食品		
	エネルギーになる	体をつくる	体の調子を整える
16月	敬老の日		
17火 野菜醤油ラーメン スパイシーポテト フルーツ白玉	ラーメン じゃがいも 菜種油 白玉もち 上白糖	豚肉 わかめ つと(たらすりみ) 白玉もち 上白糖	白菜 もやし 筍 生姜 ほうれん草 長葱 にんにく パセリ 甘夏柑 バイン 黄桃
18水 ナン ポトフ かぼちゃコロッケ キーマカレー	ナン じゃがいも じゃがいも バン粉 砂糖 でん粉 小麦粉 菜種油 米油 三温糖 小麦粉	ウインナー 玉葱 人参 しめじ いんげん かぼちゃ 玉葱 豚肉 大豆 味噌	玉葱 人参 生姜 セロリ にんにく ピーマン りんご パセリ トマト パナナ
19木 ご飯 玉ねぎと卵の味噌汁 ほっけのピリ辛焼き 切干大根の煮物	ご飯 三温糖 でん粉 三温糖 米油	鶏卵 わかめ 味噌 ほっけ 味噌 さつま揚げ (たらすりみ) 油揚げ ひじき	玉葱 小松菜 人参 にんにく 切干大根 椎茸 人参 ごんにやく
20金 十勝豚丼 豆腐としめじの味噌汁 海藻サラダ	ご飯 三温糖 グラニュー糖 でん粉 三温糖 米油 ごま油 ごま	豚肉 豆腐 味噌 油揚げ まぐろ油漬 わかめ	枝豆 しめじ 玉葱 小松菜 もやし きゅうり
23月	振替休日		
24火 スパゲティナポリタン 焼き栗コロッケ チキンと キャベツのサラダ レモンゼリー	スパゲティ 米油 バター 菜 じゃがいも さつまいも 砂糖 パン粉 小麦粉 でん粉 菜種油 ドレッシング ごま 砂糖	豚肉 鶏肉	玉葱 しめじ 人参 ピーマン トマト キャベツ きゅうり 人参 コーン レモン果汁
25水 黒糖パン ミネストローネ 鶏肉のハーブ焼き ポテトサラダ	黒糖パン マカロニ 上白糖 菜種油 オリブ油 じゃがいも マヨネーズ ドレッシング	豚肉 ベーコン 鶏肉 チーズ	キャベツ 玉葱 人参 にんにく トマト しめじ パセリ パセリ にんにく レモン果汁 きゅうり 玉葱 人参 枝豆
26木 ご飯 さつまいもと キャベツの味噌汁 つくねバーグ 大根サラダ	ご飯 さつまいも でん粉 バン粉 三温糖 ごま 米油 ごま 三温糖 ごま油	味噌 鶏肉 鶏卵 味噌 まぐろ油漬 のり わかめ 昆布	キャベツ 長葱 人参 ごぼう 長葱 枝豆 人参 生姜 大根 きゅうり 人参
27金 ご飯 白菜と小松菜の味噌汁 さばの香味揚げ 肉じゃが煮	ご飯 でん粉 三温糖 菜種油 小麦粉 じゃがいも 米油 黒砂糖 三温糖	厚揚げ 味噌 さば 豚肉	白菜 小松菜 人参 長葱 生姜 にんにく 玉葱 いんげん 切干大根 玉葱 生姜 椎茸 ごんにやく 人参
30月 ご飯 麻婆豆腐 ひじき入り春巻き バンバンジーサラダ	ご飯 米油 黒砂糖 三温糖 ごま油 でん粉 菜種油 ごま油 大豆油 でん粉 砂糖 小麦粉 春雨 三温糖 ごま油 ごま	豆腐 豚肉 味噌 豚肉 ひじき 鶏肉	長葱 椎茸 生姜 枝豆 にんにく 人参 筍 人参 もやし きゅうり 人参 長葱 生姜

