



Web版（カラー）の給食だよりは、
こちらのQRコードから！
過去の給食だよりもご覧になれます。

JA びばい様 より 美唄産食材 をいただきます！

今年も JA びばい様から、美唄産食材の寄贈を受けることとなりました。
JA びばい様は平成27年から継続的に学校給食に食材を寄贈してくださっており、今年で11年目となります。

給食には、地域の方から“みんなに元気に食べてほしい”という思いをこめて、寄せていただいた食材がたくさん使われています。

心をこめて育てられた食べ物は、私たちへのプレゼントです。
感謝の気持ちを忘れずに、おいしく楽しくいただきましょう！

◇JA びばい様にいただく食材◇

- 新米おぼろづき **300kg**
- 玉ねぎ **100kg**
- びばいのてしごと醤油

これらの食材は、10月24日（金）～30日（木）の給食で大切にに使わせていただきます。
JA びばい様の温かいご厚意に感謝し、これからも学校給食を通して、地元の食材に親しむ機会を大切にしていまいります。JA びばい様、生産者の皆様、本当にありがとうございます。

☆10月平均栄養価（平均値/目標値）

【小学生】＊エネルギー673kcal/650kcal ＊脂質 24.8g/21.7g ＊食塩 2.85g/2.0g 未満
【中学生】＊エネルギー829kcal/830kcal ＊脂質 30.2g/27.7g ＊食塩 3.76g/2.5g 未満
☆牛乳は毎日つきます。☆スプーンが付く日には、献立表にスプーンマークが付いています。
☆給食の持ち帰りは食中毒防止の観点から禁止しています。



美唄はココ！ ふるさと給食 実施します！

美唄市では、日頃より学校給食を「食農教育」の生きた教材として活用するために、美唄産および道内産の食材（地場産物）を多く使用した給食を提供しています。

さらに年に一度、「ふるさと給食」と題して、主食・汁物・主菜・副菜に「美唄産」もしくは「道内産」の食材をふんだんに使用した給食を提供しており、今年度は、**10月24日（金）**に実施いたします。

この「ふるさと給食」には、みなさんが暮らしている「北海道」そして「美唄市」で作られている食材を知り、さらにそれを味わってもらえる機会とするねらいがあります。

また、「食べ物を大切に思う気持ちを育てること」「自分の住んでいる“美唄”をもっと好きになること」もねらいとしています。

美唄で食べる給食の思い出が、みなさんにとっての「ふるさと」の一つとなっていくように、毎日の給食づくりも丁寧にすすめていきます。

10月24日（金）ふるさと給食メニュー

- ・ごはん（新米おぼろづき）
- ・美唄たっぷりスープカレー（じゃがいも・かぼちゃ・玉ねぎ・人参）
- ・たらのバター醤油焼き（醤油）
- ・コールスローサラダ（キャベツ）
- ※（ ）内は美唄産食材



もりつけひょう

しょうがっこう きょうしつよう
(小学校・教室用)

ウェブサイトからも
見ることが出来ます



月	火	水	木	金
<p>こんげつ ひばいさんしきさい ◆♪今月の美産食材♪◆</p> <p>*こめ(なつほし) *じゃがいも *かぼちゃ *こめ(おほろづき) *にんじん *キャベツ *ラーメン(はるよこい) *にんにく *しょうゆ *うどん (はるよこい) *ながねぎ *こめこ *さつまいも *たまねぎ</p>	<p>こんげつ きゅうしょくくちひょう *今月の給食目標* 「旬の食べ物を味わい、 げんき からだ 元気な体をつくろう！」</p>	<p>1 もやしのサラダ </p> <p>とちかだいす コロッケ </p> <p>あおなごはん みそちゃんこ </p>	<p>2 ほうれんそうと コーンのサラダ </p> <p>とりにくの ごまふうみやき </p> <p>ごはん あきやさいたっぷりシチュー </p>	<p>3 さんしょくあえ </p> <p>ふたにくの たつたあげ </p> <p>ごはん ちゅうかビーフンスープ </p>
<p>6 だいこんサラダ </p> <p>いかリングフライ (2c) </p> <p>たにんどん </p>	<p>7 きせつの フルーツゼリーあえ </p> <p>メーフルマフィン </p> <p>トマトオムレツ </p> <p>わふうきのこスパゲティ </p>	<p>8 わかめサラダ </p> <p>チキンカレーライス </p>	<p>9 はくさいと チキンのサラダ </p> <p>クリームゴールド </p> <p>ウィンナーの フリッター (2ぼん) </p> <p>バターロール </p> <p>ピーズ ミネストローネ </p>	<p>10 にくじゃが </p> <p>さけのこがねやき </p> <p>ごはん キャベツのみそしる </p>
<p>め 目を大切に! かぼちゃ たんぽう ブルーベリー うなぎ</p>	<p>14 ごもくきんぴら </p> <p>ガーリックチキン </p> <p>ごはん チンゲンサイのスープ </p>	<p>15 とりそぼろを のせてお! とりそぼろ </p> <p>ちくわの いしがきあげ (2c) </p> <p>とりそぼろごはん </p> <p>ワンタンスープ </p>	<p>16 グリーンサラダ </p> <p>あげいも </p> <p>メロンパン </p> <p>ごもくスープ </p>	<p>17 やきふたの ちゅうかあえ </p> <p>あつやきたまご </p> <p>ごはん マーボーどうふ </p>
<p>20 スパゲティサラダ </p> <p>とりにくの こめこあげ (2c) </p> <p>ごはん ぐたくさんみそしる </p>	<p>21 ただききゅうり </p> <p>ココアパン </p> <p>やさいぎょうざ (2c) </p> <p>しょうゆラーメン </p>	<p>22 キャベツとハムの ごましょうゆあえ </p> <p>オニオンコロッケ </p> <p>さけなごはん </p> <p>おでん </p>	<p>23 ほうれんそうの ナムルサラダ </p> <p>ポークしゅうまい (2c) </p> <p>ごはん はっほうさい </p>	<p>24 BIBA! ふるさと給食 コールスローサラダ </p> <p>たらのパター じょうゆやき </p> <p>ごはん ひばいたっぷりスープカレー </p>
<p>27 やさいの こんぶあえ </p> <p>わふうあじヒレカツ </p> <p>ごはん たけのこわかめのみそしる </p>	<p>28 チンゲンサイのサラダ </p> <p>デニッシュパン </p> <p>にくだんご </p> <p>おやこうどん </p>	<p>29 フルーツヨーグルト </p> <p>ハッシュドポーク </p>	<p>30 ツナサラダ </p> <p>ハロウィンハンバーグ (デミソースがけ) </p> <p>ひばいこめこのクロワッサン </p> <p>かぼちゃシチュー </p>	<p>31 もやしと きゅうりのナムル </p> <p>さけのこうみあげ </p> <p>ごはん しおぎょうざスープ </p>

※物資の都合により、献立を変更する場合があります。令和7年10月 美咲市学校給食センター



日 (曜)	こんだて	赤の食品		緑の食品		黄の食品		調味料その他	
		体をつくる	体の調子をととのえる	エネルギーのもと					
1 (水)	青菜ごはん		菜めしの素(卵・肉)	精白米 強化米				670	801
	みそちゃんこ	とり肉 油揚げ(大豆) 鶏ごぼうボール (豚・大豆・鶏・卵・小麦・魚肉)	キャベツ たまねぎ にんじん ごぼう ねぎ しょうが	つきこんにやく	片かつらぶ みりん 酒 美根みそ(大豆・小麦) 赤みそ			25.8	31.8
	十勝大豆コロッケ	十勝大豆コロッケ(大豆・小麦)		なたね油					
	もやしのサラダ	ごぼう(豚)	もやし きゅうり	ごま油 白ごま	醤油				
2 (木)	ごはん			精白米 強化米				755	950
	秋野菜たっぷりシチュー	ぶた肉 牛乳	たまねぎ はくさい にんじん しめじ たまねぎ 枝豆(大豆) パセリ	さつまいも 小麦粉 バター(卵) なたね油	コシコシ 塩 コショウ			32.0	37.8
	鶏肉のごま風味焼き	とり肉		白ごま	酒 みりん 醤油				
	ほうれん草とコーンのサラダ	ツナ	ほうれん草 とうもろこし	マヨネーズ(大豆)	醤油 コショウ				
3 (金)	ごはん			精白米 強化米				599	717
	中華ビーフンスープ	とり肉	にんじん ねぎ きくらげ	ビーフン でん粉	片かつらぶ 醤油 中華だし			28.2	32.1
	豚肉の竜田揚げ	ぶた肉	しょうが にんにく	小麦粉 でん粉 なたね油	塩 醤油 みりん				
	三色あえ	ごぼう(豚)	きゅうり にんじん	ごま油 三温糖	酢 塩				
6 (月)	他人丼	ぶた肉 卵 つと(小麦)	たまねぎ たけのこ にんじん えのきたけ ねぎ ししいたけ	精白米 強化米 なたね油 三温糖	醤油 みりん			68.3	87.3
	いかリングフライ(20)	ワタカブリイ(小麦・卵・小麦・大豆・卵)		なたね油				32.0	41.3
	大根サラダ	片かつらぶ(卵)	だいこん きゅうり コーン	ごま油 白ごま 三温糖	酢 醤油				
	和風きのこがけティ	バター(豚) ツナ	たまねぎ にんじん しめじ たまねぎ ビーマン にんにく パセリ	バター(小麦) なたね油 バター(卵) 小麦粉	醤油 コシコシ 塩 コショウ			6.3	7.7
7 (火)	メープルマフィン			メープルマフィン(大豆・卵)				23.3	28.3
	トマトオムレツ	トマト(卵・大豆・卵)							
	季節のフルーツバーあえ		洋梨 巨峰(りんご・りんご) バナナ(りんご・りんご) 梨(りんご) 梨(りんご)						
	チキンカレーライス	とり肉 牛乳 生クリーム(卵)	しょうが にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム りんご セロリ	精白米 強化米 精麦 じゃがいも バター(卵) 小麦粉 なたね油	カレー粉 バナナ しょうが しょうが コショウ コショウ コショウ 醤油 コシコシ カレー粉(小麦・鶏・豚・大豆)			7.2	9.7
8 (水)	わかめサラダ	わかめ ごぼう(豚)	もやし きゅうり	ごま油 三温糖	醤油 酢			2.4	3.1
	バターロール			バターロール (小麦・卵・大豆)				7.6	9.6
	クリームゴールド			クリームゴールド (小麦・卵・大豆)				2.6	3.4
	ビーンズミネストローネ	白いんげん豆 大豆 バター(豚)	枝豆(大豆) キャベツ たまねぎ にんじん ダイスタマト パセリ にんにく	オリーブ油 バター(卵)	トマトソース コシコシ 塩 コショウ				
9 (木)	ウィンナーのフリッター(20)	ウィンナー(豚・大豆) 卵 牛乳		ウィンナー(小麦) なたね油					
	白菜とチキンのサラダ	とりさきみ	はくさい にんじん レモン果汁	三温糖 なたね油 白ごま	酢 醤油				
	ごはん			精白米 強化米				6.2	7.6
	キャベツのみそ汁	油揚げ(大豆)	キャベツ にんじん ねぎ		かつお節 みそ			3.0	3.5
10 (金)	鮭の黄金焼き	鮭		マヨネーズ(大豆)	塩 コショウ みそ				
	肉じゃが	ぶた肉	たまねぎ にんじん 枝豆(大豆) しょうが	じゃがいも つきこんにやく 三温糖 なたね油	醤油 みりん 酒 かつらぶ				
	ごはん			精白米 強化米				6.4	7.8
	チンゲンサイのスープ	片かつらぶ(卵) 豆腐(大豆)	チンゲンサイ だいこん にんじん しょうが	緑豆春雨 でん粉	コシコシ 醤油 塩			3.0	3.7
14 (火)	ガーリックチキン	とり肉	にんにく	小麦粉 バター(卵) なたね油	酒 塩 醤油 コショウ				
	五目きんぴら	ぶた肉	ごぼう にんじん	つきこんにやく 三温糖 ごま油 白ごま	醤油 みりん 唐辛子				
	ごはん			精白米 強化米				6.9	8.4
	鶏そぼろごはん	とり肉	しょうが たけのこ にんじん	三温糖 白ごま なたね油	醤油 みりん 酒			3.1	3.8
15 (水)	ワンタンスープ	ぶた肉	はくさい にんじん ねぎ しいたけ	小麦粉 白ごま 黒ごま なたね油	醤油 塩 コショウ 昆布				
	ちくわの石垣揚げ(20)	ちくわ(魚肉・魚介) 卵							
	メロンパン	小麦粉 白ごま 黒ごま なたね油						6.1	7.3
	五目スープ	バター(豚) 卵	たけのこ にんじん ねぎ	緑豆春雨	片かつらぶ 醤油 コシコシ 酒 塩 コショウ			2.3	2.7
16 (木)	揚げいも	牛乳		じゃがいも かつらぶ(小麦) なたね油	塩				
	グリーンサラダ	ブロッコリー キャベツ きゅうり	枝豆(大豆)		塩中華ドレッシング				
	ごはん			精白米 強化米				6.3	7.5
	塩きょうざスープ	水餃子(小麦・卵・小麦・大豆・鶏・ 豚・卵・小麦・卵)	はくさい たまねぎ にんじん しめじ ねぎ しょうが にんにく	白ごま	塩・小麦粉・片かつらぶ 中華だし 塩			2.5	2.9

☆6日(月)の他人丼は、ごはんの上に他人丼の具をのせて食べてください。
 ☆15日(水)鶏そぼろごはんは、ごはんの上に鶏そぼろをのせて食べてください。
 ☆24日(金)は1年一度の「ふるさと給食」です!
 美明産産物、北海道産産物をふんだんに使用したメニューとなっています。
 おたのしみ!!

美明市ホームページにて、献立表のカラー版をご覧いただけます。
 若のQRコードを読み込むと、簡単にアクセスできます。
 なお毎月26日前後に翌月の献立表が掲載されますので、WEB版の
 献立表をぜひご確認ください!

I ♥ BIBA! 24日(金)は、
ふるさと給食 です!
 年に一度実施する「ふるさと給食」。今年度のメニューは、下のとおりです。
 ☆ごはん(新米おぼろづき)
 ☆美根みそたっぷりスープカレー(じゃがいも・たまねぎ・にんじん・かぼちゃ)
 ☆たらのバター醤油焼き(醤油)
 ☆コールスローサラダ(キャベツ)
 ※()内は美明産の産物
 ※新米おぼろづき、たまねぎ、醤油は、JAひばいから頂いたものを使用します!
 ご満腹ありがとうございます。

日 (曜)	こんだて	赤の食品		緑の食品		黄の食品		調味料その他	
		体をつくる	体の調子をととのえる	エネルギーのもと					
17 (金)	ごはん			精白米 強化米				7.3	9.2
	マーボー豆腐	豆腐(大豆) ぶた肉	しょうが にんにく にんじん ねぎ ししいたけ	三温糖 ごま油 なたね油 でん粉	醤油 赤みそ 酒 みりん バター コシコシ 豆板醤			36.3	45.9
	厚焼き卵	厚焼き卵 (小麦・卵・大豆・卵)							
	焼き豚の中華あえ	焼き豚(豚・小麦・大豆)	もやし きゅうり にんじん	三温糖 白ごま ごま油	醤油 酢				
20 (月)	ごはん			精白米 強化米				7.1	8.7
	真だくさんみそ汁	ぶた肉 つと(小麦)	たまねぎ だいこん にんじん えのきたけ たけのこ ごぼう ねぎ		みそ かつお節			3.1	3.8
	鶏肉の米粉揚げ(20)	とり肉	しょうが	米粉 なたね油	醤油 酒				
	スパゲティサラダ	片かつらぶ(卵)	きゅうり にんじん	バター(小麦) なたね油 マヨネーズ(大豆)	塩 コショウ				
21 (火)	醤油ラーメン	ぶた肉 つと(小麦)	はくさい もやし たまねぎ にんじん ねぎ しょうが		豚骨 醤油 マヨネーズ かつお節 昆布 酒 コショウ			5.8	7.2
	ココアパン				ココア (小麦・卵・大豆)			2.7	3.4
	野菜ぎょうざ(20)	野菜ぎょうざ(小麦・卵・小麦・大豆・ 鶏・豚・卵)							
	たたききゅうり		きゅうり	三温糖 ごま油 白ごま	醤油 酢 塩				
22 (水)	鯖菜ごはん	鯖菜ごはんの素 (小麦・卵・卵)		精白米 強化米				6.0	7.3
	おでん	うすら卵 一口がんも(大豆) むすび昆布 ちくわ(魚肉・魚介)	だいこん にんじん ぶき	こんにやく 三温糖	醤油 みりん かつお節 昆布			2.1	2.6
	オニオンコロッケ	オニオンコロッケ (小麦・卵・小麦・大豆・豚・卵)		なたね油					
	キャベツとれんごの醤油あえ	ごぼう(豚)	キャベツ	ごま油 白ごま	醤油				
23 (木)	ごはん			精白米 強化米				6.4	7.9
	八宝菜	ぶた肉 うすら卵 えび いか	はくさい もやし にんじん ビーマン しょうが	ごま油 でん粉	片かつらぶ 醤油 みりん 酒 コシコシ			2.9	3.6
	ポークしゅうまい(20)	ポークしゅうまい (鶏・豚・小麦・大豆)							
	ほうれん草のナムル		ほうれん草 もやし にんじん	緑豆春雨	韓国がらドレッシング				
24 (金)	ごはん			精白米 強化米				7.4	9.1
	美根みそたっぷりスープカレー	とり肉 うすら卵	たまねぎ かぼちゃ にんじん さやいんげん セロリ しょうが	じゃがいも なたね油	コシコシ 片かつらぶ 醤油 加味粉 カレー粉(小麦・鶏・豚・大豆)			3.3	4.2
	たらのバター醤油焼き	たら		小麦粉 バター(卵) なたね油	塩 コショウ 醤油				
	コールスローサラダ	ごぼう(豚)	キャベツ コーン 枝豆(大豆)	マヨネーズ(大豆) オリーブ油 三温糖	酢 塩 コショウ				
27 (月)	ごはん			精白米 強化米				6.2	7.1
	たけのこわかめのみそ汁	わかめ	たけのこ にんじん ねぎ		かつお節 みそ			2.9	3.2
	和風味ヒレカツ	ぶた肉 牛乳		小麦粉 パン粉(小麦) なたね油 三温糖	塩 コショウ みりん 醤油				
	野菜の昆布あえ	塩昆布 (小麦・大豆・卵)	はくさい きゅうり にんじん	白ごま ごま油	塩				
28 (火)	親子うどん	とり肉 卵 油揚げ(大豆)	にんじん ねぎ	うどん(小麦) 三温糖	醤油 みりん 塩 かつお節 昆布			7.0	8.7
	デニッシュパン	肉だんご (小麦・小麦・卵・大豆)						3.2	4.2
	チンゲンサイのサラダ		チンゲンサイ だいこん 枝豆(大豆)	三温糖 白ごま ごま油	醤油 酢 塩				
	ハッシュドポーク	ぶた肉 牛乳 生クリーム(卵)	にんにく しょうが たまねぎ にんじん しめじ りんご セロリ トマトソース	精白米 強化米 精麦 バター(卵) 小麦粉 なたね油	オリーブ油 コシコシ かつらぶ パン粉(小麦) マヨネーズ コショウ			7.5	9.2
30 (木)	フルーツヨーグルト	ヨーグルト(卵・卵)			砂糖			2.5	3.1
	美根みそ粉のクワッパ			美根みそ粉のクワッパ (小麦・卵・大豆)				6.5	8.5
	かぼちゃシチュー	バター(豚) 牛乳	かぼちゃ たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ	小麦粉 バター(卵) なたね油	コシコシ			2.3	3.0
	ツナサラダ	ツナ	キャベツ たまねぎ にんじん	マヨネーズ(大豆)	醤油				
31 (金)	ごはん			精白米 強化米				6.3	7.5
	塩きょうざスープ	水餃子(小麦・卵・小麦・大豆・鶏・ 豚・卵・小麦・卵)	はくさい たまねぎ にんじん しめじ ねぎ しょうが にんにく	白ごま	塩・小麦粉・片かつらぶ 中華だし 塩			2.5	2.9
	鮭の香味揚げ	鮭	たまねぎ しょうが にんにく	でん粉 なたね油 三温糖	塩 コショウ 酒 マヨネーズ 醤油				
	もやしときゅうりのナムル	ごぼう(豚)	もやし きゅうり	三温糖 ごま油 白ごま	醤油 酢				

こんげつ きゅうしよくくひょう
 * 今月の給食目標 *
 「旬の食べ物を味わい、
 元気な体を作ろう!」
 ☆目標達成のための手立て☆
 ○旬の野菜をしっかり食べる ○残さず食べるようにする
 ○よくかんで味わって食べる ○作ってくれた人に感謝する

こんげつ ひばいさんしよくさい
 ♡ 今月の美根産食材 ♡
 * 米 (ななつぼし) * じゃがいも * にんにく * しょうゆ
 * 米 (おぼろづき) * さつまいも * キャベツ * 米粉
 * ラーメン (はるよこい) * にんじん * 玉ねぎ
 * うどん (はるよこい) * かぼちゃ * 長ねぎ