

10月予定献立表

2026年10月

幕別町幕別学校給食センター

	月	火	水	木	金
	★まくべつ学園7年生考案メニュー★ 総合的な学習の時間の中で、地域と食・自分とのつながりを考えながら、地場産食材の良さを活かした献立を考えました。その中から10月は2品登場します。2日（金）は幕別町のおいしさをぎゅっと、まるごとつめこんで食べられる「シャキシャキピタパンサンド」（大賞）、27日（火）は国際理解をテーマに台湾料理を、地元産食材を使って給食用にアレンジした「まく学ルーロー麺」（特別賞）です。いつもと少し違った給食メニューをお楽しみに！		♪糠内小学校考案メニュー♪ 15日（木）には、糠内小学校の6年生が食に関する授業の中で考えた献立が登場します。 五大栄養素や地域の食材、旬の食材が含まれるように、一人ひとりが給食の献立を考えました。今回は、その中から1品ずつ選んだ1食分の献立が登場します★	【1日】 牛乳 ごはん わかめスープ 麻婆豆腐 中華サラダ	【2日】 牛乳 シャキシャキピタパンサンド 「ピタパン・藤原さんのレタス どろ豚ひき肉のカレー炒め NEEDSのさきさきチーズ ABCマカロニスープ
主食			ごはん		ピタパン
汁物			わかめ はるさめ 長ねぎ ハム		マカロニ パーコン ジャがいも 人参 コーン ほろれん草
主菜			厚揚げ 豚ひき肉 玉ねぎ 大豆 人参		豚ひき肉 玉ねぎ
副菜			キャベツ きゅうり ささみ		レタス
	【5日】 牛乳 ごはん 豆腐のすまし汁 いわしの生姜煮 3色きんぴら	【6日】 牛乳 和風スパゲティ 白玉いちごソースかけ	【7日】 牛乳 ごはん みそ汁 メンチカツ もやし炒め	【8日】 牛乳 アスリートチキンカレー （麦入りごはん） コーンソテー	【9日】 牛乳 卵パン ブルーベリージャム トマトスープ ハッシュポテト カラフルサラダ
主食	ごはん		ごはん	ごはん 大麦	卵パン
汁物	豆腐 玉ねぎ ほろれん草	スパゲティ パーコン 玉ねぎ 人参 えのき豆 ほくしめじ	じゃがいも 油揚げ わかめ	鶏肉 ジャがいも（インカのめざめ） 玉ねぎ ほろれん草 しめじ	バーコン 玉ねぎ ジャがいも マカロニ トマト
主菜	いわし		鶏肉 玉ねぎ 牛肉 豚肉 大豆 赤ワイン パン粉	ウインナー 枝豆 コーン 人参	じゃがいも 玉ねぎ
副菜	こんにゃく 人参 枝豆 ごま	白玉もち いちご	もやし 人参 ハム 小松菜		キャベツ コーン スズッキーニ 黄ピーマン 赤ピーマン 玉ねぎ 人参
	おびしん・十勝っ子スマイル給食デー 帯広信用金庫では、今年110周年記念事業として、「とかち給食応援プロジェクト」を実施しています。十勝に住む子どもたちの笑顔と、地場産物を活用した地域の魅力発見を目的とした給食を応援する取り組みです。10月の献立では地場産物をたくさん取り入れています。		【13日】 牛乳 ペンネナポリタン ツナサラダ	【14日】 牛乳 ごはん みそ汁 豚肉の生姜炒め 白菜サラダ	【15日】 牛乳 さつまいもごはん かぼちゃだんご汁 鮭フライ おひたし
主食			ごはん	ごはん さつまいも	ブランパン
汁物	ペンネ ウインナー 玉ねぎ 人参 マッシュルーム ピーマン トマト		豆腐 えのき豆 小松菜	かぼちゃもち 大根 ごぼう 玉ねぎ 人参	豚肉 ジャがいも 玉ねぎ マッシュルーム 白いんげん豆 トマト
主菜	キャベツ まぐろ水煮		豚肉 玉ねぎ こんにゃく	鮭 パン粉	鶏肉
副菜			白菜 コーン	もやし 小松菜 かつお節	おさかなソーセージ 人参 コーン 枝豆
	【19日】 牛乳 ごはん はるさめスープ たれつき肉だんご（ひとり2こ） 炒めナムル	【20日】 牛乳 まくべつの恵みうどん（うどん） ニンジンマヨサラダ 十勝大福の黒糖まんじゅう	【21日】 牛乳 ボークカレーライス（麦入りごはん） カラフルソテー	【22日】 牛乳 ごはん みそ汁 からあげ（小2こ、中3こ） キャベツと玉ねぎのサラダ	【23日】 牛乳 セルフコロッケバーガー 「横切りコッペパン カニクリームコロッケ」 キャベツ・ソース（個袋） コンソメスープ
主食	ごはん	うどん	ごはん 大麦	ごはん	コッペパン
汁物	はるさめ 白菜 椎茸	鶏肉 玉ねぎ 白菜 リーキ ごぼう	豚肉 ジャがいも 玉ねぎ 人参 白いんげん豆	人参 大根 玉ねぎ 長ねぎ	バーコン 玉ねぎ 人参 白菜
主菜	鶏肉 玉ねぎ	人参 まぐろ水煮	人参 白いんげん豆	鶏肉	牛乳 玉ねぎ かに 小麦粉 パン粉
副菜	豚肉 玉ねぎ もやし 人参	黒糖まんじゅう	バーコン いんげん コーン	キャベツ ハム フライドオニオン	キャベツ
	【26日】 牛乳 ごはん みそ汁 白身魚フライ なめたけあえ	【27日】 牛乳 まく学ルーロー麺（焼きそば麺） 杏仁豆腐	【28日】 牛乳 青菜ごはん さつま汁 厚焼きたまご 厚揚げの炒め煮	【29日】 牛乳 ごはん 根菜汁 ミニチキン（小2こ、中3こ） 和風ドレッシングサラダ	【30日】 牛乳 チョコチップパン パンプキンポタージュ ハンバーグソースかけ ポテトチーズ煮
主食	ごはん	焼きそば	ごはん 青菜	ごはん	チョコチップパン
汁物	人参 大根 玉ねぎ 大根葉	ほうれん草 うずらの卵 人参 たけのこ 白菜	さつまもち こんにゃく 人参 大根	こんにゃく ごぼう 人参 大根	かぼちゃ 玉ねぎ ウインナー 白いんげん豆
主菜	白身魚 パン粉 小麦粉	豚肉 玉ねぎ	鶏卵	鶏肉	鶏肉 玉ねぎ 豚肉 鶏卵 パン粉
副菜	小松菜 もやし なめたけ	杏仁豆腐 黄桃缶	豚ひき肉 厚揚げ 大豆 玉ねぎ	キャベツ きゅうり	バーコン ジャがいも コーン チーズ
★ ★ ★ ★ ★ まくべつの恵み給食 ★ ★ ★ ★ ★					
20日（火）は小笠原農園のリーキと人参、渡邊農場のごぼうなど、幕別町で収穫された旬の野菜をたっぷり使ったうどんを提供します。あわせて、十勝大福本舗の「黒糖まんじゅう」が登場します。こちらは、幕別町の子どものためにだけに特別に用意していただきました！まくべつの恵みに感謝を込めていただきますよう。					

まくべつの恵み給食

20日（火）は小笠原農園のリーキと人参、渡邊農場のごぼうなど、幕別町で収穫された旬の野菜をたっぷり使ったうどんを提供します。あわせて、十勝大福本舗の「黒糖まんじゅう」が登場します。こちらは、幕別町の子どものために特別に用意していただきました！まくべつの恵みに感謝を込めていただきます。

主食：穀類を中心にした献立 主菜：肉・魚・卵・豆のメインのおかず 副菜：野菜のおかずや果物、デザート 汁物：みそ汁やスープなどの献立 飲み物：牛乳やオレンジジュースなど

※材料の都合で、献立の一部を変更する場合があります。

※献立に含まれるアレルギーの詳細については、学校より配布される「アレルギーを使用した献立について」をご確認ください。必要な場合は学校にお問い合わせください。