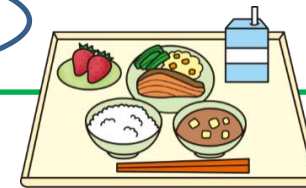




かた よ
おうちの方と読んでね。



きゅうしょく
ふるさと給食

きゅうしょく
「ふるさと給食」とは・・・

びばいし がっこうきゅうしょく しょくのうきょういく い きょうざい かつよう びばいさんおよ
美唄市では、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、美唄産及び
道内産の食 材（地場産物）をより多く使用し、地元食材をみなさんに親しんでもらうために、
『ふるさと給食』を実施しています。

こんげつ にち こんだて きそう しんまい しんたま びばい のうか ちやくせつ
今月27日の献立では、寄贈していただいた、新米、新玉ねぎ、美唄の農家さんが直接センター
に届けてくださる、さつま芋、人参を使用します。

あき おお さくもつ みの しゅん むか しぜん しょくよく ま い
秋は多くの作物が実り旬を迎えることから自然と食欲が増すと言われています。
こんげつ びばいし しゅうかく おい た きゅうしょく しんせん やさい
今月も、美唄市で収穫できる美味しい食べものがたくさんありますよ。給食でも、新鮮な野菜を
とんとん使っていきます。地元の野菜を知って、たくさん食べてくださいね。

ことし
今年も、いただきます！

JAびばいさんよりいただきます！

しんまい
☆新米「おぼろづき」330Kg

しんたま
☆新玉ねぎ 100Kg



ありがとう
ごさいます。

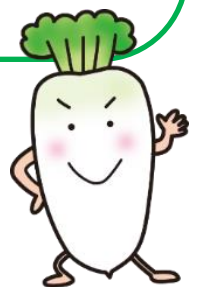
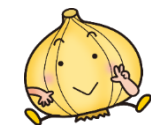


ことし こめ たま ことししゅうかく しんまい しんたま
今年も、JAびばいさんより、お米と玉ねぎをいただきます。今年収穫された新米と、新玉ねぎです。
こんげつ きゅうしょく つか しんまい どうじょう きょうしつよう こんだてひょう し
今月の給食で使わせていただきます。新米「おぼろづき」の登場は、教室用の献立表でお知らせし
ていきますので、見てくださいね。

がつ にち
10月27日は
「ふるさと給食」です

- ごはん ・牛乳
- 玉ねぎとたまねぎのみそ汁
- 鮭のレモン醤油がけ
- パスタサラダ

こんげつ びばいさんしよくざい
今月の美唄産食材！



きゅうしょく しょうがい
給食のメニュー紹介

ふるさと給食に登場する

「鮭のレモン醤油がけ」

おうちでも作ってみませんか？



ざいりょう
材料

・鮭（40g）…4切れ

・料理酒…小さじ2

・でん粉…大さじ4

・油…適量

・しょう油…大さじ1

・レモン果汁…

大さじ1/2

・さとう…大さじ1

・水…大さじ1/2

つく かた
作り方

① A の調味料を合わせて

加熱してタレをつくる。

②鮭に料理酒をかける。

③鮭にでん粉をつけて、油

で揚げる。

④鮭にタレをかけてできあ

がり♪

☆この ちょうみりょう
お好みで調味料を
加減してください。

がつ
10月の
こんだて



へいきんえいようか しょうがくせい ししつ
★平均栄養価（小学生）：脂質（21.7g）→21.9g 食塩（2g未満）→2.47g
ちゅうがくせい ししつ
（中学生）：脂質（27.7g）→25.6g 食塩（2.5g未満）→3.21g

こんげつ びばいさん こめ こめ こ
★今月の美唄産は、お米（ななつぼし）、米粉、さつま芋、じゃが芋、かぼちゃ、大根、
長ねぎ、玉ねぎ、白菜、人参、長ねぎ、キャベツです。

きゅうしょく ち かえ しょうちゅうどくぼうし きんし ぶつし つごう こんだて へんこう ばあい
◎給食の持ち帰りは、食中毒防止のため禁止しています。◎物資の都合により、献立を変更する場合があります。
きゅうにゅう まいにち ひ
◎牛乳は毎日つきます。 ◎マークの日はスプーンがつきます。