



2024年

10月  
October

給食献立表



北海道北見北斗高等学校定時制

※牛乳は、毎回つきます※  
カロリー（タンパク質）

※画像はイメージです。

月	火	水	木	金
	<p><b>1</b></p>  <p>学期間休業日</p>	<p><b>2</b></p>  <p>学期間休業日</p>	<p><b>3</b></p> <p>肉うどん 稲荷ずし ぶどうゼリー</p> 	<p><b>4</b></p> <p>991Kcal (35. 6g)</p> <p>米飯 玉葱と卵の味噌汁 餃子 麻婆豆腐</p> 
<p><b>7</b></p> <p>913Kcal (35. 6g)</p> <p>米飯 豆腐の味噌汁 若鶏香味揚げ 小松菜のナムル</p> 	<p><b>8</b></p> <p>883Kcal (38. 9g)</p> <p>ガパオライス 白菜スープ 塩パニラクリームワッフル</p> 	<p><b>9</b></p> <p>934Kcal (35. 5g)</p> <p>米飯 ほうれん草の味噌汁 鯖の竜田揚げ 春雨サラダ</p> 	<p><b>10</b></p> <p>811Kcal (37. 7g)</p> <p>あんかけ焼きそば キャベツと胡瓜の生姜和え</p> 	<p><b>11</b></p> <p>1016Kcal (42. 6g)</p> <p>二色丼 大根の味噌汁 紅あずま芋サラダ</p> 
<p><b>14</b></p>  <p>スポーツの日</p>	<p><b>15</b></p> <p>915Kcal (32. 3g)</p> <p>ハヤシライス 白菜コールスロー みかんヨーグルト</p> 	<p><b>16</b></p> <p>871Kcal (37. 4g)</p> <p>米飯 水菜の味噌汁 ホッケ塩焼き ジャーマンポテト</p> 	<p><b>17</b></p> <p>892Kcal (36. 2g)</p> <p>味噌ラーメン 焼きおにぎり 杏仁フルーツ</p> 	<p><b>18</b></p> <p>882Kcal (32. 1g)</p> <p>舞茸ご飯 豆腐の味噌汁 揚げ茄子生姜餡</p> 
<p><b>21</b></p> <p>878Kcal (35. 8g)</p> <p>米飯 キャベツの味噌汁 マーマレードチキン マカロニサラダ</p> 	<p><b>22</b></p> <p>894Kcal (39. 6g)</p> <p>米飯 じゃが芋スープ 鯖イタリアンゲル 野菜ソテー</p> 	<p><b>23</b></p> <p>962Kcal (41. 1g)</p> <p>米飯 小松菜の味噌汁 ハンバーグ ポテトサラダ</p> 	<p><b>24</b></p> <p>903Kcal (33. 9g)</p> <p>ナポリタン 玉ねぎスープ クロワッサン</p> 	<p><b>25</b></p> <p>1025Kcal (38. 2g)</p> <p>キーマカレー ブロッコリーのツナ和え カクテルゼリー</p> <p>学校説明会</p> 
<p><b>28</b></p> <p>957Kcal (34. 2g)</p> <p>オムライス キャベツスープ ヨーグルト</p> 	<p><b>29</b></p> <p>824Kcal (49. 3g)</p> <p>米飯 豆腐の味噌汁 鮭塩焼き 肉じゃが</p> 	<p><b>30</b></p> <p>989Kcal (37. 1g)</p> <p>米飯 クリームシチュー コールスローサラダ チキンナゲット</p> 	<p><b>31</b></p> <p>927Kcal (49. 3g)</p> <p>長崎風ちゃんぽん かぼちゃのプリン</p> 	 <p>Happy Halloween</p>