

# 給食だより

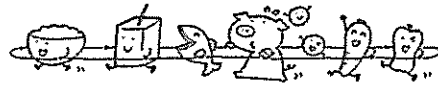
4月



令和6年4月  
中学校コース

帯広市学校給食センター  
帯広市南町南8線42番地3  
TEL 49-1900

## 学校給食の紹介



1日約13,000食を作っています！

帯広市学校給食センターでは、小学校をA・Bと2つのコースにわけ、中学校コースと毎日3コースの給食を作っています。

こんな工夫をしています！

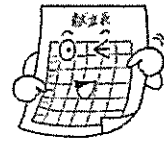
- ◎だしは、『昆布・煮干し・かつお』などでとっています。また月に一度、『鶏ガラ・香味野菜』を煮込んで作るブイヨンを使った特別献立【オビリースープ】も登場します！
- ◎煮物・酢の物・和え物やサラダなど、苦手な子供が多い献立もおいしくできるよう味付けを工夫しています！
- ◎地場産物や旬の食材を多く使用し、地元の味や旬の味を感じられるようにしています！

## 給食だより・給食カレンダーをご活用ください！

毎月配布する給食だよりではその日の献立や食材、食器の並べ方や食品のはたらきなどを紹介しています。ご家庭で目につく場所に貼るなど、食の話題のきっかけとしてご活用ください。

また、右の二次元コードを読み取ることでスマートフォンで『給食カレンダー』をご確認いただけます。ぜひご利用ください。

(給食カレンダーでは食物アレルギーの情報は提供していません)



給食カレンダー



## 米飯給食

毎週火・水・金曜日

北海道産「ななつぼし」を使用しています。ご飯はセンターで炊いています。混ぜご飯やチャーハンなども登場します。



## パン給食

毎週月曜日

帯広産小麦100%の「小麦粉」を使用しています。コッパンやブランパン、チョコチップパンなど色々な味が楽しめるようになっています。



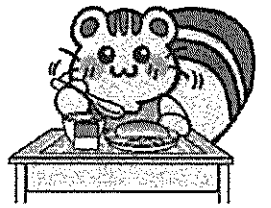
## 麺給食

毎週木曜日

ラーメン・うどん・スパゲティ・焼きそばは、帯広産小麦100%の「小麦粉」を使用しています。今年度より袋麺が変わりました。




帯広市学校給食キャラクター  
オビリー



## 4月の予定献立表

	献立名	黄 おもにエネルギーのもとになる食品	赤 おもに体をつくる食品	緑 おもに体の調子を整える食品	アレルギー表示
8日(月)	イタリアンサラダ				
	ココロチキンのバジル風味				
	ミルクパン	ミルクパン			卵・乳・小麦
	ミネストローネ	マカロニ、じゃが芋	ベーコン	玉葱、人参、トマト	小麦
	ミルクパン		鶏肉	バジル	
9日(火)	お祝いデザート				
	コールスローサラダ				
	カレーライス	ご飯、じゃが芋	豚肉	人参、玉葱	小麦
	お祝いデザート	ゼリー		いちご	
	牛乳		牛乳		乳
10日(水)	中華ドレッシングサラダ				
	マーボー厚揚げ				
	ご飯	ご飯			
	わかめスープ		わかめ	玉葱、長葱	小麦
	中華ドレッシングサラダ		厚揚げ、豚肉	にら、人参、筍	小麦
11日(木)	フルーツ白玉				
	ペンネミートソース	ペンネ	豚肉、大豆	玉葱、人参	小麦
	フルーツ白玉	白玉もち、ゼリー		桃、パイナップル、ナタデココ	
	牛乳		牛乳		乳
	牛乳				
12日(金)	白菜のごま和え				
	豚肉の生姜焼き				
	ご飯	ご飯			
	大根のみそ汁		豆腐、油揚げ	大根、長葱	
	豚肉の生姜焼き		豚肉	玉葱、枝豆	小麦
15日(月)	キャベツとコーンのソテー				
	ハンバーグ～手作りソース～				
	コッパン	コッパン			卵・乳・小麦
	オニオンスープ			玉葱、人参、パセリ	小麦
	ハンバーグ～手作りソース～		豚肉、鶏肉	玉葱	
16日(火)	中華風海藻サラダ				
	ホイコーロー				
	ご飯	ご飯			
	もちもちワンタンスープ	ワンタン	豚肉	もやし、メンマ	小麦
	ホイコーロー		豚肉	キャベツ、玉葱、人参	小麦

17日 (水)	ひじきマヨサラダ 鶏肉のうま煮 ご飯 なめこのみそ汁	ご飯 なめこのみそ汁 鶏肉のうま煮 ひじきマヨサラダ 牛乳	ご飯 豆腐、油揚げ 鶏肉、高野豆腐、焼きちくわ ひじき 牛乳	大根、なめこ、長葱 人参、こんにゃく、さやいんげん キャベツ、人参、コーン	小麦 小麦 乳
18日 (木)	焼きつくね うどん 五目うどん	五目うどん 焼きつくね 牛乳	うどん 鶏肉、油揚げ 鶏肉 牛乳	なめこ、玉葱、人参、長葱 玉葱、人参、れんこん、長葱	小麦 小麦 乳
19日 (金)	切干大根の煮物 和風ほっけフライ わかめご飯 芋団子汁	わかめご飯 芋団子汁 和風ほっけフライ 切干大根の煮物 牛乳	ご飯 芋団子 ほっけ 油揚げ、さつま揚げ 牛乳	わかめ ごぼう、人参、長葱 大根、人参	小麦 小麦 小麦 乳
22日 (月)	ツナマヨサラダ ほたてフライ ブランパン オビリースープ	ブランパン オビリースープ ほたてフライ (1人3ヶ) ツナマヨサラダ 牛乳	ブランパン ベーコン ほたて ツナ 牛乳	オビリースープとは、帯広市学校給食センターで鶏ガラ・香味野菜をコトコト煮てとったフイオンを使用したスープです。素材の味をしっかりと味わえるスープができました♪ 北海道より北海道産ほたてフライを無償提供していただきました！味わって食べてくださいね♪	卵・乳・小麦 小麦 小麦 小麦 乳
23日 (火)	金平ごぼう さばのみそ煮 ご飯 豆腐とわかめのすまし汁	ご飯 豆腐とわかめのすまし汁 さばのみそ煮 金平ごぼう 牛乳	ご飯 豆腐、わかめ さば ごま 牛乳	人参、長葱 ごぼう、人参、こんにゃく、さやいんげん	小麦 小麦 乳
24日 (水)	ダイコンマリネ ハッシュドポーク ハッシュドポーク	ハッシュドポーク ダイコンマリネ 牛乳	ご飯、じゃが芋 豚肉 牛乳	玉葱、人参、トマト、セロリ 大根、きゅうり、コーン、人参	小麦 小麦 乳
25日 (木)	春巻 ラーメン 塩ラーメン	塩ラーメン 春巻 牛乳	ラーメン 春雨、春巻の皮 豚肉 牛乳	白菜、もやし、人参、長葱、メンマ 玉葱、人参、椎茸	小麦 えび・小麦 乳
26日 (金)	きゅうり昆布 カラフル豚丼 じゃが芋のみそ汁	カラフル豚丼 じゃが芋のみそ汁 きゅうり昆布 牛乳	ご飯 じゃが芋 豚肉 豆腐 昆布 牛乳	玉葱、人参、枝豆、コーン 長葱 キャベツ、きゅうり	小麦 小麦 乳
30日 (火)	キャベツの梅和え 肉じゃが ご飯 たもぎ茸のみそ汁	ご飯 たもぎ茸のみそ汁 肉じゃが キャベツの梅和え 牛乳	ご飯 油揚げ じゃが芋 豚肉 牛乳	たもぎ茸、長葱 キャベツ、枝豆、梅干し	小麦 乳

- \*一口ずつよくかんで給食を食べましょう。
- \*魚には骨がついていることがあります。気をつけて食べましょう。
- \*調味料や添え物には下線を記入しています。
- \*新しいメニューには、マークがつかます。
- \*材料の都合により、献立・産地が変更になることがありますので、ご了承ください。
- \*給食費は食材購入の大切な財源です。忘れずに納入しましょう。

アレルギー表示欄は  
えび、かに、くるみ、小麦、  
そば、卵、乳、落花生  
上記8品目のみ表示しています。

4月の 平均値	エネルギー	810 kcal
	たんぱく質	34.4 g
	脂 質	24.9 g

## ～4月に使用する十勝産・北海道産食材の紹介～

### <野菜>

- ・玉葱 道内、府県産
- ・人参 十勝、道内、府県産
- ・ごぼう 帯広 (和田さん)、道内
- ・にら 道内、府県産
- ・にんにく 道内
- ・じゃが芋 幕別 (小笠原さん)
- ・もやし 十勝
- ☆枝豆 十勝
- ☆コーン 十勝、道内

### <豆腐類>

- ☆豆腐 十勝
- ・油揚げ 十勝

### <肉類>

- ☆豚肉 十勝
- ・鶏肉 十勝・道内
- ・ベーコン、ハム 道内

(十勝産・道産以外になることもあります)

### <調味料・その他>

- ☆しょうゆ 十勝
- ☆白しょうゆ 十勝
- ☆赤みそ 十勝
- ☆白みそ 十勝
- ☆でん粉 十勝
- ・ご飯 道内
- ☆パン (小麦) 帯広
- ☆うどん (小麦) 帯広
- ☆ラーメン (小麦) 帯広

☆マークが付いている食材は、年間を通して十勝産です。



帯広市学校給食センターのホームページは、帯広市ホームページ  
<http://www.city.obihiro.hokkaido.jp/>から、  
目的で探す→学校教育→学校→学校給食 でご覧になることができます。

