

■今月のもくひょう

食事のマナーを知ろう

給食だより

5月



令和6年5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

	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	
1日 (水)		ご飯	ご飯			
		白菜のみそ汁		油揚げ	白菜、長葱	
		なたらの青のりフライ		たら、青のり		小麦
		ぎんぴらごぼう	ごま		ごぼう、人参、こんにゃく、さやいんげん	小麦
		牛乳		牛乳		乳
2日 (木)		とりごぼううどん	うどん	鶏肉	ごぼう、白菜、人参、長葱	小麦
		もやしのごま和え	ごま		もやし、人参	小麦
		牛乳		牛乳		乳
7日 (火)		ご飯	ご飯			
		豆腐とチンゲン菜の中華スープ		豆腐	チンゲン菜、えのき茸、長葱	小麦
		しゅうまい	しゅうまいの皮	鶏肉、豚肉	玉葱	小麦
		チャプチェ	春雨	豚肉	人参、玉葱、筍	小麦
		牛乳		牛乳		乳
8日 (水)		スタミナ丼	ご飯	豚肉	玉葱、人参、にら	小麦
		豆腐のみそ汁		豆腐、油揚げ	長葱	
		わかめの中華サラダ		わかめ、ツナ	きゅうり、大根、人参	小麦
		牛乳		牛乳		乳
9日 (木)		みそ野菜ラーメン	ラーメン	豚肉、わかめ	キャベツ、玉葱、もやし、人参、長葱	小麦
		あげぎょうざ	ぎょうざの皮	鶏肉、豚肉	キャベツ、玉葱、にら	小麦
		牛乳		牛乳		乳
10日 (金)		カレーライス	ご飯、じゃが芋	豚肉	玉葱、人参	小麦
		フルーツカクテル	ゼリー		桃、パイナップル、ナタデココ	
		牛乳		牛乳		乳
13日 (月)		バターパン	バターパン			卵・乳・小麦
		ジュリエンヌスープ		ベーコン	キャベツ、玉葱、パセリ	小麦
		コロコロチキンのバーベキューソース炒め		鶏肉	玉葱、りんご	小麦
		ダイコンマリネ			大根、きゅうり、コーン、人参	小麦
		牛乳		牛乳		乳
14日 (火)		ご飯	ご飯			
		じゃが芋のみそ汁	じゃが芋	油揚げ	玉葱	
		筑前煮		鶏肉	人参、ごぼう、こんにゃく	小麦
		ごま昆布和え	ごま	昆布	キャベツ、枝豆	小麦
		牛乳		牛乳		乳
15日 (水)		わかめご飯	ご飯	わかめ		
		みそちゃんこ鍋		豚肉、鶏肉(鶏団子)、厚揚げ	こんにゃく、白菜、大根、玉葱、人参	小麦
		イカ和風フライ		イカ		小麦
		いよかんゼリー	ゼリー		いよかん	
		牛乳		牛乳		乳
16日 (木)		釜揚げスパゲティのトマトソース	スパゲティ	鶏肉	玉葱、人参、トマト	小麦
		じゃが芋のコロコロサラダ	じゃが芋		きゅうり、コーン	小麦
		牛乳		牛乳		乳
17日 (金)		ご飯	ご飯			
		大根のみそ汁		油揚げ	大根、長葱	
		肉じゃが	じゃが芋	豚肉		小麦
		キャベツの梅和え			キャベツ、枝豆、梅干し	
		牛乳		牛乳		乳

20日 (月)		背割りコッペパン	背割りコッペパン		卵・乳・小麦	
		コーンスープ			小麦	
		ケチャップフランク	フランクフルト			
		コールスローサラダ		キャベツ、人参、きゅうり	小麦	
		牛乳	牛乳		乳	
21日 (火)		ご飯	ご飯			
		芋団子汁	芋団子	油揚げ	ごぼう、人参、長葱	小麦
		鶏つくね		鶏肉	玉葱、人参、れんこん、長葱	小麦
		ごまじゃこサラダ	ごま	しらす干し	小松菜、キャベツ	小麦
		牛乳		牛乳		乳
22日 (水)		カラフル豚丼	ご飯	豚肉	玉葱、人参、枝豆、コーン	小麦
		なめこのみそ汁		油揚げ、豆腐	大根、なめこ、長葱	
		白菜のおかか和え		かつお節	白菜、人参	小麦
		牛乳		牛乳		乳
23日 (木)		もやし黒醤油ラーメン	ラーメン	豚肉	もやし、玉葱、人参、長葱	小麦
		きゅうりとキャベツの中華和え			きゅうり、キャベツ	小麦
		牛乳		牛乳		乳
24日 (金)		ご飯	ご飯			
		豚汁	じゃが芋	豚肉、豆腐	人参、大根、ごぼう、長葱	
		さばのしょうが煮		さば		小麦
		白菜の煮びだし		さつま揚げ、かつお節	白菜	小麦
		牛乳		牛乳		乳
27日 (月)		コッペパン	コッペパン		卵・乳・小麦	
		チキンクリームスープ		鶏肉、牛乳	さやいんげん、玉葱、人参、しめじ	乳・小麦
		メンチカツ		豚肉、鶏肉	キャベツ、玉葱	小麦
		キャベツとコーンのソテー		ウィンナー	キャベツ、人参、コーン	小麦
		牛乳		牛乳		乳
28日 (火)		ご飯	ご飯			
		たもぎ茸のみそ汁		油揚げ	たもぎ茸、白菜、長葱	
		豚肉のしょうが焼き		豚肉	玉葱	小麦
		春雨サラダ	春雨		もやし、きゅうり、人参	小麦
		牛乳		牛乳		乳
29日 (水)		チキンカレーライス	ご飯、じゃが芋	鶏肉	玉葱、人参	小麦
		イタリアンサラダ			キャベツ、きゅうり、コーン	
		牛乳		牛乳		乳
30日 (木)		かしわうどん	うどん	鶏肉	人参、なめこ、白菜、長葱	小麦
		大学かぼちゃもち	かぼちゃ、じゃが芋			小麦
		牛乳		牛乳		乳
31日 (金)		チャーハン	ご飯	豚肉	さやいんげん、コーン、人参	小麦
		ハムとわかめの中華スープ		ハム、わかめ	椎茸、大根、長葱	小麦
		甘酢肉団子		鶏肉、豚肉	玉葱	
		牛乳		牛乳		乳

- *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。

5月の 平均値	エネルギー	834 kcal
	たんぱく質	31.6 g
	脂質	25.8 g

～5月に使用する十勝産・北海道産食材の紹介～

<p><野菜></p> <ul style="list-style-type: none"> ・大根 道内、府県 ・人参 道内、府県 ・玉葱 道内、府県 ・ごぼう 帯広（和田さん）道内 ・白菜 府県 ・きゅうり 府県 ・にら 道内、府県 	<p><調味料・その他></p> <ul style="list-style-type: none"> ・チンゲン菜 帯広（泉さん）、道内 ・じゃが芋 帯広（泉さん）、府県 ・小松菜 道内、府県 ・枝豆 十勝、道内 ・もやし 十勝 ☆コーン 十勝 ☆枝豆 十勝 	<p><肉類></p> <ul style="list-style-type: none"> ☆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 	<p><豆腐類></p> <ul style="list-style-type: none"> ☆豆腐 十勝 ・油揚げ 十勝 	<p><肉類></p> <ul style="list-style-type: none"> ☆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)

☆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。

