

■今月の目標
よくかんで食べよう

給食だより

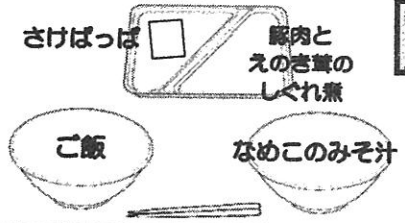
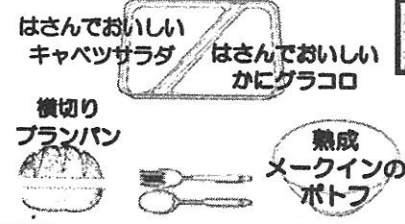
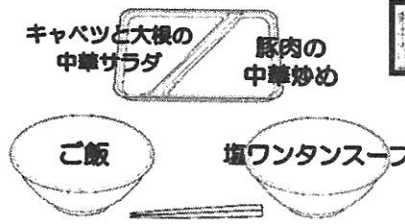
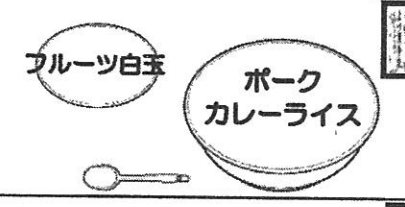
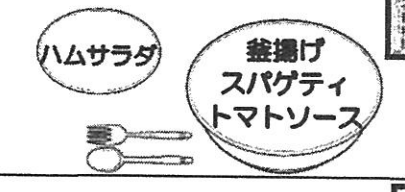
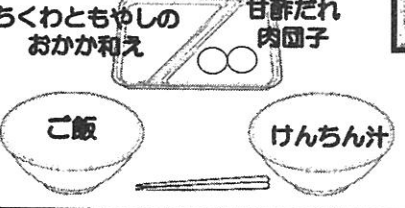
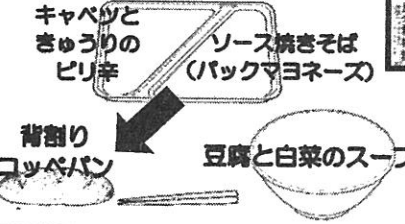


6月

令和7年6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		
3 日 (火)	 もやしのごま和え 豚肉の生姜焼き ご飯 大根のみそ汁	ご飯					
		大根のみそ汁		油揚げ	大根		
		豚肉の生姜焼き		豚肉	枝豆、玉葱	小麦	
		もやしのごま和え	ごま		もやし、人参	小麦	
		牛乳		牛乳		乳	
4 日 (水)	 切干大根の煮物 たら青のりフライ ご飯 もやしとわかめのみそ汁	ご飯					
		もやしとわかめのみそ汁		わかめ	もやし		
		たら青のりフライ		たら、青のり		小麦	
		切干大根の煮物		油揚げ、さつま揚げ	切干大根、人参	小麦	
		牛乳		牛乳		乳	
5 日 (木)	 塩バターポテト 鶏ごぼううどん うどん	鶏ごぼううどん	うどん	鶏肉、油揚げ	ごぼう、白菜、人参	小麦	
		塩バターポテト	じゃが芋、 バター				乳
		牛乳		牛乳		乳	
6 日 (金)	 オレンジゼリー 豚すき焼き丼 豆腐のみそ汁 豆腐のみそ汁	豚すき焼き丼	ご飯	豚肉	白菜、玉葱、人参、こんにゃく	小麦	
		豆腐のみそ汁		豆腐、油揚げ			
		オレンジゼリー	ゼリー				
		牛乳		牛乳		乳	
9 日 (月)	 コールスローサラダ やわらか トマトチキン コッペパン コーンスープ	コッペパン	コッペパン			卵・乳・小麦	
		コーンスープ			コーン、パセリ	小麦	
		やわらかトマトチキン		鶏肉	玉葱、りんご	小麦	
		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	
10 日 (火)	 イタリアン サラダ チキン カレーライス チキン カレーライス	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	
11 日 (水)	 三色きんぴら あんかけ 豆腐ハンバーグ ご飯 白菜のみそ汁	ご飯	ご飯				
		白菜のみそ汁		油揚げ	白菜		
		あんかけ豆腐ハンバーグ		鶏肉、豆腐	玉葱	小麦	
		三色きんぴら	ごま		こんにゃく、人参、枝豆	小麦	
		牛乳		牛乳		乳	
12 日 (木)	 ペンネミートソース ラフラン☆パイン ペンネ ミートソース	ペンネミートソース	ペンネ	豚肉、大豆	玉葱、人参	小麦	
		ラフラン☆パイン	ゼリー		もも、パイン		
		牛乳		牛乳		乳	
13 日 (金)	 ごまドレ サラダ チキンライス アルファベット スープ	チキンライス	ご飯	鶏肉	人参、コーン、玉葱		
		アルファベットスープ	マカロニ、 じゃがいも	ベーコン	玉葱、人参、コーン	小麦	
		ごまドレサラダ	ごま		大根、人参、きゅうり	小麦	
		牛乳		牛乳		乳	
16 日 (月)	 コーンサラダ コロコロチキンの バジル風味 バターパン 根菜の コンソメスープ	バターパン	バターパン			卵・乳・小麦	
		根菜のコンソメスープ		ベーコン	大根、玉葱、ごぼう、人参	小麦	
		コロコロチキンのバジル風味		鶏肉	バジル		
		コーンサラダ			コーン、キャベツ、人参	小麦	
		牛乳		牛乳		乳	
17 日 (火)	 白菜の煮びたし さばカレー煮 ご飯 みそいも団子汁	ご飯	ご飯				
		みそいも団子汁	いも団子	油揚げ	ごぼう、人参		
		さばカレー煮		さば		小麦	
		白菜の煮びたし		さつま揚げ、かつお節	白菜、人参	小麦	
		牛乳		牛乳		乳	
18 日 (水)	 わかめご飯 みそちゃんこ鍋 かぼちゃ ひき肉フライ わかめご飯 みそちゃんこ鍋	わかめご飯	ご飯	わかめ			
		みそちゃんこ鍋		豚肉、鶏団子、生揚げ	こんにゃく、白菜、大根、人参、玉葱	小麦	
		かぼちゃひき肉フライ		豚肉	かぼちゃ、玉葱	小麦	
		牛乳		牛乳		乳	

19日(木)		濃厚担々麺	ラーメン、ごま	豚肉	もやし、にら、人参	小麦
		春巻き	春巻きの皮、春雨	豚肉	玉葱、人参、椎茸	えび・小麦
		牛乳		牛乳		乳
20日(金)		ご飯	ご飯			
		なめこのみそ汁		豆腐	大根、なめこ	
		豚肉とえのき茸のしぐれ煮		豚肉	えのき茸、人参、玉葱、こんにゃく	小麦
		さけばっぱ	ごま	鮭		
		牛乳		牛乳		乳
23日(月)		横切りブランパン	横切りブランパン			卵・乳・小麦
		熟成メークインのポトフ	じゃが芋	ウインナー	玉葱、人参、パセリ、長葱	小麦
		はさんでおいしい かにグラコロ	マーガリン、小麦粉、バター	かに、かまぼこ、えびエキス、脱脂濃縮乳	玉葱	乳・かに・えび・小麦
		はさんでおいしい キャベツサラダ	ごま		キャベツ、人参、玉葱	小麦
		牛乳		牛乳		乳
24日(火)		ご飯	ご飯			
		塩ワタンスープ	ワタタン	豚肉	もやし	小麦
		豚肉の中華炒め		豚肉	白菜、人参、玉葱	小麦
		キャベツと大根の中華サラダ			キャベツ、人参、大根	小麦
		牛乳		牛乳		乳
25日(水)		ポークカレーライス	ご飯、じゃが芋	豚肉	玉葱、人参	小麦
		フルーツ白玉	白玉もち、ゼリー		もも、パイナップル、ナタデココ	
		牛乳		牛乳		乳
26日(木)		釜揚げスパゲティトマトソース	スパゲティ	鶏肉	玉葱、人参、トマト	小麦
		ハムサラダ		ハム	キャベツ、人参	小麦
		牛乳		牛乳		乳
27日(金)		ご飯	ご飯			
		けんちん汁		鶏肉、豆腐	大根、人参、ごぼう、こんにゃく、椎茸	小麦
		甘酢だれ肉団子		鶏肉、豚肉	玉葱	小麦
		ちくわともやしのおかか和え	ごま	ちくわ、かつお節	もやし	小麦
		牛乳		牛乳		乳
30日(月)		セルフ焼きそばパン	背割りコッペパン、やきそば麺	豚肉	キャベツ、人参	卵・乳・小麦
		(パックマヨネーズ) ※乳卵不使用				小麦
		豆腐と白菜のスープ		豆腐	白菜、えのき茸	小麦
		キャベツときゅうりのピリ辛			キャベツ、きゅうり	小麦
		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、マークがつきます。

* 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。

6月の 平均値	エネルギー	820 kcal
	たんぱく質	31.6 g
	脂 質	27.2 g

～6月に使用する十勝産・北海道産食材の紹介～

<野菜>

・大根	道内、府県
・ごぼう	帯広(和田さん)、道内、府県
・白菜	道内
・キャベツ	道内、府県
・きゅうり	道内、府県
・にら	道内、府県
・じゃがいも	帯広(井上さん)
・長葱	道内、府県
・人参	道内、府県
☆枝豆	十勝
☆コーン	十勝

<豆腐類>

☆豆腐	十勝
・油揚げ	十勝
・生揚げ	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)

☆マークが付いている食材は年間を通して十勝産です。

<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

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。

