

■今月のもくひょう  
 ねんかん はんせい  
 1年間の反省をしよう

3月

令和8年3月  
 小学校A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

# 給食だより



	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	
2日(月)	あじのり あつあげの すきやきに ごはん わかめ のみそしる	ごはん	わかめ、あぶらあげ ぶたにく、あつあげ	たまねぎ、にんじん、はくさい、ながねぎ、こんにゃく	小麦 えび 乳	
3日(火)	ポテト ヘッドボンバー ☆パーチーワッサー ラーメン ☆パーチーワッサー みそフェスティバル☆	☆パーチーワッサーみそフェスティバル☆ ラーメン ポテトヘッドボンバー 牛乳	ラーメン いももち 牛乳	メンマ、もやし、ながねぎ きなこ 牛乳	小麦 乳	
4日(水)	フルーツしらたま ポークカレーライス	ポークカレーライス フルーツしらたま 牛乳	ごはん、じゃがいも しらたまもち、ゼリー 牛乳	たまねぎ、にんじん もも、パイナップル、ナタデココ	小麦 乳	
5日(木)	コールスロー かいわいの しろいきこうし コロコロ ペッパーブラスト きぶんあげあげ アルファベット キャラメルあげパン たんけんスープ	きぶんあげあげキャラメルあげパン まいごのアルファベットたんけんスープ コロコロペッパーブラスト コールスローかいわいのしろいきこうし 牛乳	コッパン、ミルク マカロニ、じゃがいも 牛乳	ベーコン とりにく 牛乳	たまねぎ、にんじん キャベツ、にんじん、きゅうり	小麦 小麦 小麦 乳
6日(金)	きゅうりこんぶ がんばりどん しらたまじる がんばりどん しらたまじる	がんばりどん しらたまじる きゅうりこんぶ 牛乳	ごはん しらたまもち こんぶ 牛乳	とりにく ぶたにく、あぶらあげ 牛乳	たまねぎ、にんじん、ごぼう、えだまめ、コーン だいこん、にんじん キャベツ、きゅうり	小麦 小麦 小麦 乳
9日(月)	わかめのすのもの おやこどん しめじの みそしる	おやこどん しめじのみそしる わかめのすのもの 牛乳	ごはん ごま 牛乳	とりにく、たまご あぶらあげ わかめ、いとこまぼこ 牛乳	たまねぎ、にんじん、しいたけ、たけのこ しめじ きゅうり、にんじん	卵・小麦 小麦 乳
10日(火)	かぼちゃの いとこぼ うどん たぬきうどん	たぬきうどん かぼちゃのいとこに 牛乳	うどん、あげたま かぼちゃもち 牛乳	とりにく あずき 牛乳	はくさい、にんじん、しいたけ、ながねぎ かぼちゃ	小麦 乳
11日(水)	キャベくん & うめこ シックポテト にく キラキラホワイト ジュエリーインわかめ みそけん	キラキラホワイトジュエリーインわかめ みそけん シックポテトにく キャベくん&うめこ 牛乳	ごはん じゃがいも 牛乳	わかめ とうふ ぶたにく 牛乳	だいこん、にんじん、ごぼう、こんにゃく、しいたけ、ながねぎ キャベツ、えだまめ、うめぼし	小麦 乳
12日(木)	ツナドキ サラダ きみにむねキュン ハンバーグ こいの チュウぽとふう	ぱクリームパン こいのチュウぽとふう きみにむねキュンハンバーグ ツナドキ♡サラダ 牛乳	クリームパン じゃがいも 牛乳	ウィンナー ぶたにく、とりにく ツナ 牛乳	たまねぎ、にんじん、パセリ たまねぎ にんじん、きゅうり、コーン	卵・乳・小麦 小麦 小麦 乳
13日(金)	オビリー あつやきたまご さけなごはん しょうがいり ぶたじる	さけなごはん しょうがいりぶたじる オビリーあつやきたまご 牛乳	ごはん、ごま じゃがいも 牛乳	さけ ぶたにく、とうふ たまご 牛乳	だいごんな、ひろしまな、きょうな にんじん、だいこん、こんにゃく、ながねぎ	小麦 卵・小麦 乳

第五中学校2年生が  
給食の献立を考えま  
した！何のメニューか  
わかるかな？

緑園中学校2年生が  
給食の献立を考えま  
した！何のメニュー  
わかるかな？

緑園中学校の生徒が  
考案して定番メニューに  
なった献立です！

緑園中学校2年生が  
給食の献立を考えま  
した！何のメニュー  
わかるかな？

緑園中学校2年生が  
給食の献立を考えま  
した！何のメニュー  
わかるかな？

16日 (月)		ごはん	ごはん			
		ごぼうととうふのすましじる		とうふ	ごぼう、ながねぎ	小麦
		にくみそおでん		ぶたにく、ちくわ、がんもどき、さつまあげ	だいこん、こんにやく	小麦
		ふりかけ		のり、かつお		
		牛乳		牛乳		乳
17日 (火)		ふじのみや やきそば	やきそば	ぶたにく いわしふんまつ	キャベツ	卵・えび・小麦
		わかめスープ		わかめ	たまねぎ、ながねぎ	小麦
		ふじさん ぷっちゃんゼリー	ゼリー			
		牛乳		牛乳		乳
<p>1月にAコースで 出せなかったメニューです！ ふじさんぷっちゃんゼリーと ふじのみややきそば！ 姉妹都市静岡県のメニューです</p>						
18日 (水)		コーンピラニーチョになれなかったライス	ごはん			
		シュージャンポン			キャベツ、にんじん	
		チキンテリストローネ		とりにく		小麦
		マメマメサラレツツエル		ごま だいす	えだまめ、キャベツ	小麦
		牛乳		牛乳		乳
<p>第五中学校2年生が 給食の献立を考えま した！何のメニューか わかるかな？</p>						
19日 (木)		コッペパン～いちごジャム～	コッペパン、いちごジャム			卵・乳・小麦
		コーンスープ			たまねぎ、コーン、パセリ	小麦
		とんかつ		ぶたにく		小麦
		キャベツとえだまめのソテー			キャベツ、にんじん、たまねぎ、えだまめ	小麦
		牛乳		牛乳		乳
23日 (月)		ぶたチャーハンになりたい	ごはん	ぶたにく	にんじん、たけのこ、しいたけ、ながねぎ	乳・小麦
		つるりんきょうわこく	ワンタン	ぶたにく	メンマ、もやし、ながねぎ	小麦
		マーボのぎゃくしゅう		とうふ、ぶたにく	しいたけ、にんじん、たけのこ	小麦
		おいわいクレープ	クレープ		いちご	
		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。

3月の 平均値	エネルギー	619 kcal
	たんぱく質	26.6 g
	脂 質	20.8 g

## ～3月に使用する十勝産・北海道産食材の紹介～

### <野菜>

- ・小豆 帯広
- ・ごぼう 帯広(和田さん)、十勝
- ・キャベツ 道内、府県産
- ・玉葱 帯広・道内

- ☆コーン
- ・さやいんげん
- ・もやし

十勝  
十勝  
十勝

### <豆腐類>

- ☆豆腐 十勝
- ・油揚 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

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。



☆マークが付いている食材は年間を通して十勝産です。

【Aコース】北栄、光南、啓西、稲田、大空、若葉、  
広陽、開西、明和、森の里、つつじが丘、清川、広野