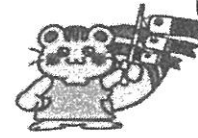


■今月のもくひょう  
みんなで楽しく食べよう

# 給食だより



5月

令和8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(金)		ご飯 キャベツのみそ汁 鶏肉のうま煮 おひたし こどもの日ゼリー 牛乳	ご飯 油揚げ 鶏肉、高野豆腐、ちくわ かつお節 豆乳 牛乳	キャベツ、長葱 人参、こんにゃく 白菜、もやし	小麦 小麦 乳
7日(木)		釜揚げスパゲティトマトソース コールスローサラダ 牛乳	スパゲティ 鶏肉 牛乳	玉葱、人参、トマト キャベツ、人参、きゅうり	小麦 小麦 乳
8日(金)		わかめご飯 白菜のみそ汁 のり塩コロッケ れんこんとこんにゃくの炒り煮 牛乳	ご飯 油揚げ じゃが芋 青のり 豚肉、さつま揚げ 牛乳	白菜、長葱 白菜、長葱 れんこん、こんにゃく	小麦 小麦 乳
11日(月)		バターパン オニオンスープ コロコロチキンのレモンペッパー焼き まめ豆サラダ 牛乳	バターパン ベーコン 鶏肉 ごま 大豆 牛乳	玉葱、人参、パセリ 枝豆、キャベツ	卵・乳・小麦 小麦 小麦 乳
12日(火)		五目ご飯 生姜入り豚汁 ちくわの磯辺揚げ きゅうり昆布 牛乳	ご飯 じゃが芋 豚肉、豆腐 ちくわ、あおさ 昆布 牛乳	人参、ごぼう、こんにゃく、椎茸 人参、大根、ごぼう、長葱 キャベツ、きゅうり	小麦 小麦 小麦 乳
13日(水)		ご飯 すまし汁 さばのみそ煮 白菜の煮びたし 牛乳	ご飯 わかめ、豆腐 さば 油揚げ 牛乳	大根、長葱 白菜、しめじ、人参	小麦 小麦 小麦 乳
14日(木)		塩ラーメン 大学芋 牛乳	ラーメン さつま芋 牛乳	メンマ、もやし、人参、白菜	小麦 小麦 乳
15日(金)		ご飯 塩ワタンスープ 甘酢だれ肉団子 パンパンジーサラダ 牛乳	ご飯 ワンタン 豚肉 鶏肉、豚肉 ごま 鶏肉 牛乳	メンマ、もやし、人参、チンゲンサイ、長葱 玉葱 きゅうり、人参、大根	小麦 小麦 小麦 乳
18日(月)		ミルクパン チキンと野菜のスープ メンチカツ チーズポテト 牛乳	ミルクパン 鶏肉 豚肉、鶏肉 じゃが芋 鶏肉 牛乳	大根、人参、玉葱、長葱 キャベツ、玉葱 コーン	卵・乳・小麦 小麦 小麦 乳・小麦 乳
19日(火)		チキンカレーライス フルーツ白玉 牛乳	ご飯、じゃが芋 白玉もち、ゼリー 牛乳	玉葱、人参 もも、パイナップル、ナタデココ	小麦 乳

20日(水)		ご飯 もやし中華スープ しゅうまい チャブチェ 牛乳		ご飯 しゅうまいの皮 春雨 豚肉 鶏肉、豚肉 豚肉 牛乳	もやし、長葱 玉葱 人参、玉葱、筍 牛乳	小麦 小麦 小麦 乳
21日(木)		香ばしかつお醤油焼きうどん キャベツときゅうりのピリ辛 牛乳	うどん	豚肉 牛乳	キャベツ、人参 キャベツ、きゅうり	小麦 小麦 乳
22日(金)		カラフル豚丼 なめこのみそ汁 ソファール元気ヨーグルト 牛乳	ご飯	豚肉 油揚げ ヨーグルト 牛乳	玉葱、人参、枝豆、コーン 大根、なめこ、長葱	小麦 乳 乳
25日(月)		背割りコッペパン アルファベットスープ ケチャップフランク コーンサラダ 牛乳	背割りコッペパン じゃが芋、マカロニ	ベーコン フランクフルト 牛乳	玉葱、人参 コーン、キャベツ、人参、きゅうり	卵・乳・小麦 小麦 小麦 乳
26日(火)		ご飯 けんちん汁 焼きつくね ちくわとれんこんの甘辛炒め 牛乳	ご飯	豆腐 鶏肉 ごま 牛乳	大根、人参、ごぼう、こんにゃく、椎茸、長葱 玉葱、人参、れんこん、長葱 人参、れんこん	小麦 小麦 小麦 乳
27日(水)		ご飯 白玉汁 いか生姜醤油フライ 厚揚げのそぼろ煮 牛乳	ご飯 白玉もち	豚肉、油揚げ いか 厚揚げ、豚肉 牛乳	玉葱、人参 にら、人参	小麦 小麦 小麦 乳
28日(木)		あんかけ焼きそば 中華サラダ 牛乳	焼きそば	豚肉 牛乳	玉葱、白菜、人参、もやし、筍、きくらげ キャベツ、人参、きゅうり	小麦 小麦 乳
29日(金)		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、セロリ、トマト 大根、きゅうり、コーン、人参	小麦 小麦 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、カシューナッツ、くるみ、小麦、そば、卵、乳、落花生**  
 上記9品目のみ表示しています。

5月の 平均値	エネルギー	819 kcal
	たんぱく質	32.0 g
	脂質	25.7 g

## ～5月に使用する十勝産・北海道産食材の紹介～

- |  |  |  |
|--|--|--|
| <p>&lt;野菜&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・人参 道内</li> <li>・長葱 道内</li> <li>・大根 道内</li> <li>・ごぼう 帯広(和田さん)、道内</li> <li>・チンゲン菜 帯広(泉さん)、道内</li> <li>・じゃが芋 帯広(泉さん)、道内</li> <li>・にら 道内</li> <li>・もやし 十勝</li> <li>☆枝豆 十勝</li> <li>☆コーン 十勝、道内</li> </ul> | <p>&lt;豆腐類&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☆豆腐 十勝</li> <li>・油揚 十勝</li> </ul> <p>&lt;肉類&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☆豚肉 十勝</li> <li>・鶏肉 十勝・道内</li> <li>・ベーコン、ハム 道内</li> </ul> <p>(十勝産・道産以外になることもあります)</p> | <p>&lt;調味料・その他&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☆しょうゆ 十勝</li> <li>☆白しょうゆ 十勝</li> <li>☆赤みそ 十勝</li> <li>☆白みそ 十勝</li> <li>☆でん粉 十勝</li> <li>・ご飯 道内</li> <li>☆パン(小麦) 帯広</li> <li>☆うどん(小麦) 帯広</li> <li>☆ラーメン(小麦) 帯広</li> </ul> |
|--|--|--|

☆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。

