

# 給食だより



令和2年12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<br>おもにエネルギーの<br>もとになる食品 | 赤<br>おもに体をつくる食品               | 緑<br>おもに体の調子を整える食品                           | アレルギー<br>表示                   |
|--------|---|---------------------------|-------------------------------|--|-------------------------------|
| 1日(火)  | <p>わかめご飯<br/>根菜けんちん汁<br/>タラの青のりフライ<br/>ごぼうの炒り煮<br/>牛乳</p>   | ご飯                        | わかめ<br>豆腐、油揚げ<br>たら、青のり<br>牛乳 | 大根、人参、椎茸、長葱<br>ごぼう、こんにゃく、人参、枝豆               | 小麦<br>小麦<br>小麦<br>乳           |
| 2日(水)  | <p>ご飯<br/>生姜入り豚汁<br/>焼きつくね<br/>三色金平<br/>牛乳</p>  | ご飯<br>じゃが芋<br>ごま          | 豚肉、豆腐<br>鶏肉<br>牛乳             | 人参、大根、ごぼう、長葱<br>玉葱、人参、れんこん、長葱<br>こんにゃく、人参、枝豆 | 小麦<br>小麦<br>乳                 |
| 3日(木)  | <p>タンメン<br/>杏仁豆腐のいちごソース<br/>牛乳</p>  | ラーメン<br>杏仁豆腐              | 豚肉<br>牛乳                      | キャベツ、もやし、人参、長葱、きくらげ<br>いちご                   | 小麦<br>卵・乳<br>乳                |
| 4日(金)  | <p>開拓丼<br/>鶏すまし汁<br/>ごまごぶ和え<br/>牛乳</p>  | ご飯<br>ふ<br>ごま             | 豚肉、大豆、ひじき<br>鶏肉<br>昆布<br>牛乳   | 玉葱、人参、コーン<br>大根<br>キャベツ、枝豆、人参                | 小麦<br>小麦<br>小麦<br>乳           |
| 7日(月)  | <p>コッペパン<br/>ポークシチュー<br/>ほたてフライ<br/>キャベツとコーンのソテー<br/>牛乳</p> <p>北海道の水産物消費拡大事業<br/>で提供していただいた、<br/>ほたてフライです。1人2ヶです。</p>       | コッペパン<br>じゃが芋             | 豚肉<br>ほたて<br>ウインナー<br>牛乳      | 玉葱、人参<br>キャベツ、人参、コーン                         | 卵・乳・小麦<br>小麦<br>小麦<br>小麦<br>乳 |
| 8日(火)  | <p>ご飯<br/>しょうゆワンタンスープ<br/>一ろたらの甘酢あんかけ<br/>中華ドレッシングサラダ<br/>牛乳</p>  | ご飯<br>ワンタン                | 豚肉<br>たら<br>かまぼこ<br>牛乳        | メンマ、もやし、長葱<br>玉葱、人参<br>キャベツ、えのき茸、人参          | 小麦<br>小麦<br>小麦<br>乳           |
| 9日(水)  | <p>ご飯<br/>じゃが芋のみそ汁<br/>コロコロチキンの照り焼き<br/>なめたけ和え<br/>牛乳</p>   | ご飯<br>じゃが芋                | 豆腐<br>鶏肉<br>牛乳                | 玉葱<br>小松菜、もやし、人参、えのき茸                        | 小麦<br>小麦<br>乳                 |
| 10日(木) | <p>スパゲティミートソース<br/>ダイコンマリネ<br/>ヨーグルト<br/>牛乳</p> <p>乳製品を食べて、<br/>生産者の方々に<br/>応援しましょう！<br/>とろりとして<br/>なめらかな<br/>ヨーグルトですよ！</p> | 細麺パスタ                     | 豚肉<br>ヨーグルト<br>牛乳             | 玉葱、人参<br>大根、きゅうり、コーン、人参                      | 小麦<br>小麦<br>乳<br>乳            |
| 11日(金) | <p>ご飯<br/>大根のみそ汁<br/>豚肉生姜焼き<br/>白菜のごま和え<br/>牛乳</p>  | ご飯<br>ごま<br>ごま            | 豆腐<br>豚肉<br>牛乳                | 大根、長葱<br>枝豆<br>白菜、人参                         | 小麦<br>小麦<br>乳                 |
| 14日(月) | <p>コッペパン<br/>オニオンスープ<br/>もみの木ハンバーグ～手作りソース～<br/>マセドアンサラダ<br/>牛乳</p> <p>クリスマスらしいもみの木の<br/>形をしたハンバーグですよ。</p>                   | コッペパン<br>じゃが芋             | 鶏肉、豚肉<br>牛乳                   | 玉葱、人参、ハセリ<br>玉葱<br>人参、きゅうり、コーン               | 卵・乳・小麦<br>小麦<br>小麦<br>乳       |
| 15日(火) | <p>ご飯<br/>わかめのみそ汁<br/>さんまおほかあ煮<br/>キャベツの梅和え<br/>牛乳</p>  | ご飯                        | わかめ、豆腐、油揚げ<br>さんま、さば、あじ<br>牛乳 | 長葱<br>キャベツ、枝豆、梅干                             | 小麦<br>乳                       |

|            |   |   |                       |                                     |                                      |                         |
|------------|---|---|-----------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|-------------------------|
| 16日<br>(水) | フルーツカクテル<br>チキンカレーライス                             | チキンカレーライス<br>フルーツカクテル<br>牛乳                             | ご飯、じゃが芋<br>ゼリー、ナタデココ  | 鶏肉<br>牛乳                            | 玉葱、人参<br>みかん、パイナップル                  | 小麦<br>乳                 |
| 17日<br>(木) | 冬至ぜんざい～団子入り～<br>わかめうどん                            | わかめうどん<br>冬至ぜんざい～団子入り～<br>牛乳                            | うどん、あげ玉<br>白玉もち       | 豚肉、わかめ<br>小豆<br>牛乳                  | 長葱、なめこ、人参<br>かぼちゃ                    | 小麦<br>乳                 |
| 18日<br>(金) | 中華風海藻サラダ<br>揚げしょうろんぼう<br>ご飯<br>野菜の中華スープ           | ご飯<br>野菜の中華スープ<br>揚げしょうろんぼう<br>中華風海藻サラダ<br>牛乳           | ご飯<br>しょうろんぼうの皮       | かまぼこ<br>鶏肉、豚肉、たら、豆腐、ひじき<br>昆布<br>牛乳 | 白菜、人参、長葱<br>キャベツ、玉葱、人参、にら<br>大根、きゅうり | 小麦<br>小麦<br>小麦<br>乳     |
| 21日<br>(月) | コールスローサラダ<br>お星さまコロケ<br>ブランパン<br>オビリースープのコーンポタージュ | ブランパン<br>オビリースープのコーンポタージュ<br>お星さまコロケ<br>コールスローサラダ<br>牛乳 | ブランパン<br>じゃが芋         | 鶏肉、豚肉<br>牛乳                         | コーン、ハセリ<br>玉葱<br>キャベツ、人参、きゅうり        | 卵・乳・小麦<br>小麦<br>小麦<br>乳 |
| 22日<br>(火) | 切干大根の煮物<br>さばのみぞれ煮<br>豆腐のみそ汁<br>ご飯                | 豆腐のみそ汁<br>さばのみぞれ煮<br>切干大根の煮物<br>牛乳                      | ご飯                    | 豆腐、油揚げ<br>さば<br>さつま揚げ<br>牛乳         | 長葱<br>大根<br>切干大根、人参                  | 小麦<br>小麦<br>乳           |
| 23日<br>(水) | 鶏じゃが～トマト・カレー風味～<br>コーンピラフ<br>お星さまコンソメスープ          | コーンピラフ<br>お星さまコンソメスープ<br>鶏じゃが～トマト・カレー風味～<br>牛乳          | ご飯<br>ビーフン<br>じゃが芋    | ハム<br>ウインナー<br>鶏肉<br>牛乳             | コーン、玉葱<br>人参、玉葱<br>玉葱、人参、トマト         | 小麦<br>小麦<br>小麦<br>乳     |
| 24日<br>(木) | コーンサラダ<br>チキンクリームパンネ<br>クリスマスケーキ                  | チキンクリームパンネ<br>コーンサラダ<br>クリスマスケーキ<br>牛乳                  | パンネ<br>米粉、ココア         | 鶏肉、牛乳<br>豆乳<br>牛乳                   | ほうれん草、玉葱、人参、しめじ<br>コーン、キャベツ、人参、きゅうり  | 乳・小麦<br>小麦<br>乳         |
| 25日<br>(金) | まめ豆サラダ<br>ライス<br>トンテキ<br>アルファベットスープ               | ライス<br>アルファベットスープ<br>トンテキ<br>まめ豆サラダ<br>牛乳               | ご飯<br>じゃが芋、マカロニ<br>ごま | ベーコン<br>豚肉<br>大豆<br>牛乳              | 玉葱、人参<br>玉葱<br>枝豆、キャベツ               | 小麦<br>小麦<br>小麦<br>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、🍷マークが付きまます。
- \* 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、小麦、そば、卵、乳、落花生**  
上記7品目のみ表示しています。

|             |       |          |
|-------------|-------|----------|
| 12月の<br>平均値 | エネルギー | 812 kcal |
|             | たんぱく質 | 31.0 g   |
|             | 脂質    | 22.8 g   |

## ～12月に使用する十勝産・北海道産食材の紹介～

### <野菜>

- ・ごぼう 帯広(和田さん)、十勝
  - ・玉葱 帯広(中村さん・泉さん)、十勝、道内
  - ・にんにく 十勝
  - ・じゃがいも 帯広(泉さん)、十勝
  - ・小豆 帯広
  - ・ホールコーン 十勝
  - ・人参 帯広(泉さん)、十勝、道内
  - ・枝豆 中札内
  - ☆大豆 帯広
  - ☆もやし 十勝
- (十勝産・道産以外になることもあります)

### <豆腐類>

- ☆豆腐 十勝
- ・油揚 十勝

### <肉類>

- ☆豚肉 十勝、道内
  - ☆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。

職 種：令和2年度帯広市会計年度任用職員(学校給食調理員)  
勤務形態：①午前勤務 ②午後勤務 ③隔日勤務(週2～3日勤務) ④1日勤務  
勤務時間：①8:15～12:15 ②13:15～17:00 ③④8:15～16:30(休憩時間あり)  
給 料：日給①3,824円～4,624円 ②3,585円～4,335円 ③④6,931～8,381円 ※学歴・職歴により決定します。  
手 当：期末・通勤手当  
休 暇：年次有給休暇(初年度 ①②7日 ③3日 ④10日)  
業務内容：学校給食調理業務(②を除く)、調理器機等洗浄作業、その他  
休 日：土・日・祝、小中学校の春・夏・冬休み期間(一部勤務日あり)

## 募集

学校給食センターで  
働いてみませんか?



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、  
教育・文化・スポーツ→学校教育→学校給食 でご覧になることができます。

