

給食だより



6月

	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(水)	カラフル豚丼	ご飯	豚肉	玉葱、人参、枝豆、コーン	小麦
	芋団子汁	じゃが芋	油揚げ	ごぼう、人参、チンゲン菜	小麦
	和風大根サラダ		かつお節	大根、人参、きゅうり	小麦
	牛乳		牛乳		乳
3日(木)	みそラーメン	ラーメン	豚肉、ツト	キャベツ、人参、もやし	小麦
	春巻	春巻の皮、春雨	豚肉	玉葱、人参、椎茸	小麦・えび
	牛乳		牛乳		乳
4日(金)	ゆかりご飯	ご飯		しそ	
	白菜のみそ汁		豆腐、油揚げ	白菜、長葱	
	ほっけ塩焼き		ほっけ		
	三色金平	ごま		こんにゃく、人参、さやいんげん	小麦
7日(月)	コッペパン	コッペパン			卵・乳・小麦
	ミネストローネ	じゃが芋、マカロニ	ベーコン	玉葱、人参、トマト	小麦
	ココロコチキンのバジル風味		鶏肉		
	かみかみ野菜のアーモンドサラダ	アーモンド、ごま		ごぼう、コーン、人参	小麦
8日(火)	ご飯	ご飯			
	なめこのみそ汁		豆腐	なめこ、大根、長葱	小麦
	アジフライ		あじ		小麦
	切干大根の煮物		油揚げ、さつま揚げ	大根、人参	小麦
9日(水)	ご飯	ご飯			
	豆腐としめじのすまし汁		豆腐、わかめ	しめじ、人参、長葱	小麦
	肉みそおでん		豚肉、うすら卵、がんもどき、竹輪	ふぎ、大根、こんにゃく	卵・小麦
	きゅうり昆布		昆布	きゅうり、キャベツ	小麦
10日(木)	あんかけ焼きそば	焼きそば麺	豚肉、いか	玉葱、白菜、もやし、人参、きくらげ	小麦
	大根ナムル			大根、人参、きゅうり	小麦
	牛乳		牛乳		乳
11日(金)	十勝マッシュの炊き込みご飯	ご飯	ツナ、昆布	マッシュルーム、人参、さやいんげん	小麦
	長芋の和風オビリースープ	長芋	鶏肉、油揚げ	人参、椎茸	小麦
	オビリー厚焼玉子		卵		卵・小麦
	キャベツの梅和え		牛乳	キャベツ、枝豆、梅干し	乳
14日(月)	横切りブランパンズパン	ブランパンズパン	じゃが芋、マカロニ		卵・乳・小麦
	アルファベットスープ		ベーコン	玉葱、人参	小麦
	ハンバーグ～手作りソース～		豚肉、鶏肉	玉葱	
	ツナマヨサラダ		ツナ	人参、きゅうり、コーン	小麦
15日(火)	ご飯	ご飯			
	生姜入り豚汁	じゃが芋	豚肉、豆腐	大根、人参、長葱	小麦
	鮭の照り焼き		鮭		小麦
	金平ごぼう	ごま		ごぼう、人参、こんにゃく、さやいんげん	小麦
16日(水)	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、ナタデココ		パイナップル、桃	
	牛乳		牛乳		乳
17日(木)	五目うどん	うどん	豚肉、油揚げ	なめこ、人参、長葱	小麦
	しょうゆだれポテトもち	じゃが芋			小麦
	牛乳		牛乳		乳

18日 (金)	中華ドレッシング サラダ ユーリンチー しょうゆ ワンタン スープ ご飯	ご飯	ご飯			
		しょうゆワンタンスープ	ワンタン	豚肉	メンマ、もやし	小麦
		ユーリンチー		鶏肉	長葱	小麦
		中華ドレッシングサラダ		糸かまぼこ	キャベツ、えのき茸、人参	小麦
21日 (月)	キャベツと ウィンナーの ソテー 枝豆 コロッケ 小豆パン コーン スープ ご飯	小豆パン	小豆パン			卵・乳・小麦
		コーンスープ		豚肉	コーン、パセリ	小麦
		枝豆コロッケ	じゃが芋		枝豆、玉葱	小麦
		キャベツとウィンナーのソテー		ウィンナー	キャベツ、人参	小麦
22日 (火)	白和え さばのみそ煮 根菜 けんちん汁 ご飯	ご飯	ご飯			
		根菜けんちん汁		豆腐	大根、人参、ごぼう、椎茸、 長葱	小麦
		さばのみそ煮		さば		
		白和え	ごま	豆腐	ほうれん草、人参、枝豆	小麦
23日 (水)	中華風 海藻サラダ ぎょうざ 野菜の 中華スープ ご飯	ご飯	ご飯			
		野菜の中華スープ		豚肉	白菜、人参、チンゲン菜、椎茸	小麦
		ぎょうざ	ぎょうざの皮	豚肉	キャベツ、にら、長葱	小麦
		中華風海藻サラダ		昆布	大根、きゅうり	小麦
24日 (木)	ココロ ポテトサラダ 大豆入り ミートソース パンネ ご飯	大豆入りミートソースパンネ	パンネ	豚肉、大豆	玉葱、人参	小麦
		ココロポテトサラダ	じゃが芋		きゅうり、コーン	小麦
				牛乳		乳
25日 (金)	ごま和え 肉じゃが みそ汁 ご飯	ご飯	ご飯			
		みそ汁		豆腐	大根、たもぎ茸、長葱	
		肉じゃが	じゃが芋	豚肉		小麦
		ごま和え	ごま		白菜、人参、小松菜	小麦
28日 (月)	まめまめ サラダ 白身魚フライ オニオン スープ ミルクパン ご飯	ミルクパン	ミルクパン			卵・乳・小麦
		オニオンスープ		ベーコン	コーン、玉葱、人参、パセリ	小麦
		白身魚フライ～ソース～		ホキ		小麦
		まめまめサラダ	ごま	大豆	キャベツ、枝豆	小麦
29日 (火)	さくらんぼ ゼリー 中華ちらし わかめ スープ ご飯	中華ちらし	ご飯	卵、豚肉、えび	白菜、もやし、人参、きくらげ、玉葱	卵・小麦・えび
		わかめスープ		わかめ、鶏肉	えのき茸、長葱	小麦
		さくらんぼゼリー	ゼリー		さくらんぼ	
				牛乳		乳
30日 (木)	ごまじゃこ サラダ ココロ チキンの おろし煮 さつま芋と 厚揚げのみそ汁 ご飯	ご飯	ご飯			
		さつま芋と厚揚げのみそ汁	さつま芋	厚揚げ	人参、玉葱	
		ココロチキンのおろし煮		鶏肉	大根	小麦
		ごまじゃこサラダ	ごま	しらす干し	小松菜、キャベツ、人参	小麦
		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☺マークがつけます。
 *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**

6月の 平均値	エネルギー	798 kcal
	たんぱく質	32.2 g
	脂質	22.7 g

～6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"> ・ごぼう 帯広(和田さん)、道内 ・にんにく 十勝 ・じゃがいも 幕別(小笠原さん) ・人参 十勝・道内 ・長葱 道内 ・大根 道内 ・キャベツ 道内 ・チンゲン菜 道内 ・小松菜 道内 ・長芋 	<ul style="list-style-type: none"> ・白菜 道内 ・きゅうり 道内 ・ほうれん草 道内 ・ピーマン 道内 ・マッシュルーム 十勝 ☆ホールコーン 十勝 ☆枝豆 十勝 ☆さやいんげん 十勝 ☆大豆 十勝 <p>(十勝産・道産以外になることもあります)</p>	<p><豆腐類></p> <ul style="list-style-type: none"> ☆豆腐 十勝 ・油揚げ 十勝 ・生揚げ 十勝 <p><肉類></p> <ul style="list-style-type: none"> ☆豚肉 十勝、道内 ☆鶏肉 十勝、道内 ・ベーコン 道内 <p>(十勝産・道産以外になることもあります)</p>	<p><調味料・その他></p> <ul style="list-style-type: none"> ☆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。