

給食だより



10月

令和3年10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

	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)	 ごはん とうふのみそしる ぶたにくとえのきだけのしぐれに わかめのすのもの 牛乳	ごはん	とうふ、あぶらあげ ぶたにく	ながねぎ えのきだけ、にんじん、たまねぎ、 こんにゃく きゅうり、にんじん	小麦 小麦 乳
4日 (月)	 わかめごはん すましじる あじフライ ごぼうのいりに 牛乳	ごはん ふ	わかめ あじ	だいこん、ながねぎ、しいたけ ごぼう、こんにゃく、にんじん、えだまめ	小麦 小麦 小麦 乳
5日 (火)	 まめまめ サラダ かぼちゃの クリームスープ パンネ 牛乳	パンネ ごま	ベーコン、牛乳 だいず 牛乳	たまねぎ、マッシュルーム、かぼちゃ、 パセリ えだまめ、キャベツ	乳・小麦 小麦 乳
6日 (水)	 ごはん じゃがいものみそしる コロコロチキンのおろしに ごまこぶあえ 牛乳	ごはん じゃがいも	とうふ、あぶらあげ とりにく こんぶ	たまねぎ だいこん キャベツ、えだまめ、にんじん	小麦 小麦 小麦 乳
7日 (木)	 ツナマヨサラダ くりコロッケ バターパン リーキのスープ 牛乳	バターパン じゃがいも じゃがいも、 さつまいも、くり	ウインナー ツナ 牛乳	たまねぎ、にんじん、リーキ、パセリ にんじん、きゅうり、コーン	卵・乳・小麦 小麦 小麦 乳
8日 (金)	 キャベツの うめあえ にんじんの みそしる ごはん わかめの みそしる 牛乳	ごはん じゃがいも	わかめ、とうふ、あぶらあげ ぶたにく 牛乳	ながねぎ キャベツ、えだまめ、うめぼし	小麦 乳
11日 (月)	 わふうポテト サラダ たら あおりのフライ ごはん だいこんの みそしる 牛乳	ごはん じゃがいも	とうふ たら、あおりの 牛乳	だいこん、ながねぎ にんじん、えだまめ	小麦 小麦 乳
12日 (火)	 ちゅうかふう かいそうサラダ チャーシュー めん 牛乳	チャーシューめん 牛乳	やきそばめん、 ごま こんにゃく、だいず 牛乳	たまねぎ、もやし、にんじん、ながねぎ、 たけのこ、しいたけ だいこん、きゅうり	小麦 小麦 乳
13日 (水)	 ふるさとの日 フルーツ カクテル かわにし カレーライス 牛乳	ごはん、 じゃがいも ゼリー、 ナタデココ	きゅうりにく 牛乳	たまねぎ、にんじん もも、パイン	小麦 乳
14日 (木)	 ダイコン マリネ ハンバーグ ジョア ごはん ジュリエンス スープ 牛乳	ブランパン ジュリエンス ハンバーグ～ てづくりソース～ ダイコンマリネ ジョア (プレーン)	ブランパン ベーコン とりにく、ぶたにく ジョア (プレーン)	キャベツ、たまねぎ、にんじん、パセリ たまねぎ だいこん、コーン、にんじん	卵・乳・小麦 小麦 小麦 乳
15日 (金)	 とりにく だいこんの にも ごはん かしわじる 牛乳	ごはん かしわじる 牛乳	とりにく 牛乳	にんじん、なめこ、ながねぎ たまねぎ、にんじん、ごぼう、しゅんぎく だいこん、にんじん、さやいんげん	小麦 小麦 小麦 乳
18日 (月)	 きりぼしだいこんの にも ごはん あきあじ 牛乳	ごはん じゃがいも	さけ、とうふ とりにく あぶらあげ、さつまあげ 牛乳	にんじん、ながねぎ、だいこん たまねぎ、にんじん、れんこん、ながねぎ だいこん、にんじん	小麦 小麦 小麦 乳

19日(火)	とりにくとやさいのナムル ラーメン	かわにし KAWANISHI ラーメン とりにくとやさいのナムル	ラーメン	ぶたにく	メンマ、もやし、ながねぎ	小麦
		川西中学校1年生が授業で考えた献立です！「KAWANISHIラーメン」はしょうゆラーメンです！		とりにく	だいこん、にんじん、きゅうり	小麦
			牛乳	牛乳		乳
20日(水)	きゅうりこんぶ さばのみそに	ごはん いもかわだんじゅうろ さばのみそに きゅうりこんぶ	ごはん じゃがいも	あぶらあげ	ごぼう、にんじん、こんにゃく、ながねぎ	小麦
		川西中学校2年生が授業で考えた献立です！「芋川団汁」は芋団子を入れたしょうゆ汁です！		さば		
			牛乳	こんぶ	キャベツ、きゅうり	小麦
			牛乳	牛乳		乳
21日(木)	コロコロパニック コロコロチキンのパジルふうみ とてっポークシチュー	コッペパン とてっポークシチュー コロコロチキンのパジルふうみ コロコロパニック	コッペパン じゃがいも じゃがいも	ぶたにく とりにく	たまねぎ、にんじん パジル	卵・乳・小麦 小麦
		川西中学校3年生が授業で考えた献立です！「コロコロパニック」は、じゃが芋のサラダです！		牛乳	えだまめ、コーン	小麦 乳
22日(金)	もやしのうめちりあえ カラフルぶたどん	カラフルぶたどん なめこのみそしる もやしのうめちりあえ	ごはん	ぶたにく とうふ	たまねぎ、にんじん、えだまめ、コーン なめこ、ながねぎ	小麦
			牛乳	ごま	いわし	乳
25日(月)	さんしょくきんぴら いわしのうめに	ごはん しらたまじる いわしのうめに さんしょくきんぴら	ごはん しらたまもち	ぶたにく、あぶらあげ いわし	たまねぎ、にんじん うめぼし	小麦 小麦
			牛乳	ごま	こんにゃく、にんじん、えだまめ	小麦 乳
26日(火)	わふうだいこん サラダ やさいとしょうがのみそうどん	やさいとしょうがのみそうどん わふうだいこんサラダ	うどん	ぶたにく、あぶらあげ かつおぶし	たまねぎ、にんじん、しめじ、ながねぎ だいこん、にんじん、きゅうり	小麦 小麦
		生姜がきいたみそうどんです！		牛乳		乳
27日(水)	やさいのゆかりあえ ぶたにくのしょうがやき	ごはん さつまいものみそしる ぶたにくのしょうがやき やさいのゆかりあえ	ごはん さつまいも ごま	ぶたにく	たまねぎ、だいこん えだまめ	小麦 乳
			牛乳	牛乳	キャベツ、きゅうり、しそ	
28日(木)	コールスロー サラダ キャベツメンチカツ かぼちゃパン	かぼちゃパン シーフードトマトオビリースープ キャベツメンチカツ コールスローサラダ	かぼちゃパン	ベーコン、えび、あさり とりにく、ぶたにく	たまねぎ、にんじん、トマト キャベツ、たまねぎ キャベツ、にんじん、きゅうり	卵・乳・小麦 小麦・えび 小麦
		今月のオビリースープは、あさりとえびが入ったトマトスープです！		牛乳		乳
29日(金)	だいこんナムル はるまき やさいのちゅうかスープ	ごはん やさいのちゅうかスープ はるまき だいこんナムル	ごはん はるまき、はるまきのかわ	いとがまぼこ ぶたにく	もやし、にんじん、ながねぎ たまねぎ、にんじん、しいたけ だいこん、にんじん、きゅうり	小麦 小麦・えび 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、小麦、そば、
卵、乳、落花生**
上記7品目のみ表示しています。

10月の 平均値	エネルギー	635 kcal
	たんぱく質	25.0 g
	脂 質	21.4 g

～10月に使用する十勝産・北海道産食材の紹介～

＜野菜＞

・長葱 帯広、十勝
・大根 帯広（斉藤さん）、十勝、道内
・ごぼう 帯広（和田さん）、十勝、道内
・キャベツ 十勝、道内
・きゅうり 道内（一部府県）
・にんにく 十勝、道内
・セロリ 道内
・じゃが芋 帯広
・リーキ 幕別（小笠原さん）
・マッシュルーム 帯広
・ほうれん草 道内（一部府県）
・いんげん 十勝

＜野菜＞

・玉葱 帯広（中村さん）、帯広（泉さん）
・人参 帯広（泉さん）、十勝
・枝豆 十勝
・大豆 十勝
・もやし 十勝
・コーン 十勝
＜豆腐類＞
・豆腐 十勝
・油揚げ 十勝
＜肉類＞
・牛肉 十勝
・豚肉 十勝
・鶏肉 十勝、道内
・ベーコン 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3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常時勤務 ②隔日勤務（週2～3日勤務）③午後勤務
勤務時間：①②8:15～16:30（休憩時間あり）③13:15～17:00
給 料：日給①②6,931～8,381円 ③3,585円～4,335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 ①10日②3日③7日）
業務内容：学校給食調理業務、調理機器等洗浄作業、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？



【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



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。