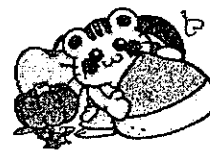


■今月の目標
和食の配膳を
覚えよう

給食だより



11月

令和3年11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 (月)		コッペパン	コッペパン		卵・乳・小麦
		ポークシチュー	じゃが芋	豚肉	小麦
		ココロチキンのレモンペッパー焼き		鶏肉	玉葱、人参
		ダイコンマリネ			大根、コーン、人参
2 日 (火)		ごはん	ご飯		
		白玉汁	白玉もち	豚肉、油揚げ	玉葱、人参、長葱
		オビリー厚焼き卵		卵	卵・小麦
		マヨきんぴら	ごま	鶏肉	ごぼう、人参
4 日 (木)		パネボロネーゼ	パネ	豚肉、大豆	玉葱、人参
		イタリアンサラダ			キャベツ、きゅうり、コーン
		牛乳		牛乳	
		牛乳		牛乳	乳
5 日 (金)		ごはん	ご飯		
		わかめのみそ汁		わかめ、油揚げ、豆腐	長葱
		竹輪磯辺天ぷら		竹輪、青のり	
		白菜のなめたけ和え			白菜、人参、えのき草
8 日 (月)		かぼちゃパン	かぼちゃパン		卵・乳・小麦
		ジュリエンスープ		ベーコン	キャベツ、玉葱、人参、パセリ
		ケチャップだれ肉団子	1人2こです	鶏肉、豚肉	玉葱
		かぼちゃとさつま芋サラダ	さつま芋		かぼちゃ、コーン
9 日 (火)		ごはん	ご飯		
		芋団子汁	じゃが芋	油揚げ	人参、ごぼう、長葱
		さばのみそ煮		さば	
		もやしのごま和え	ごま		もやし、小松菜
10 日 (水)		ごはん	ご飯		
		たもぎ茸のみそ汁		油揚げ	たもぎ茸、長葱
		豚肉の生姜炒め		豚肉	玉葱
		おひたし		かつお節	ほうれん草、もやし
11 日 (木)		揚げ玉うどん	うどん、揚げ玉	豚肉	白菜、人参、なめこ、長葱
		大豆の磯煮		鶏肉、大豆、ひじき	人参、こんにゃく
		牛乳		牛乳	
		牛乳		牛乳	乳
12 日 (金)		ごはん	ご飯		
		中華風オビリースープ		豚肉	白菜、人参、長葱
		メンチカツ		豚肉、鶏肉	キャベツ、玉葱
		春雨サラダ	春雨		キャベツ、人参、きゅうり
15 日 (月)		ブランパン	ブランパン		卵・乳・小麦
		リーキのポトフ	じゃが芋	ウインナー	玉葱、人参、リーキ、パセリ
		ポークチャップ		豚肉	玉葱、枝豆
		コーンサラダ			コーン、キャベツ、人参
16 日 (火)		鶏丼	ご飯	鶏肉	小麦
		みそ汁		わかめ、油揚げ	大根、長葱
		ごまこぶ和え	ごま	昆布	キャベツ、枝豆、人参
		牛乳		牛乳	乳
17 日 (水)		カレーライス	ご飯、じゃが芋	豚肉	玉葱、人参
		フルーツカクテル	ゼリー、ナタデココ		パイン
		牛乳		牛乳	乳

18日 (木)		みそラーメン	ラーメン	豚肉	キャベツ、人参、メンマ、もやし	小麦
		スペシャルぎょうざ	ぎょうざの皮	豚肉、鶏肉	キャベツ、玉葱	小麦
		牛乳		牛乳		乳
19日 (金)		ご飯	ご飯			
		ハムと大豆の中華スープ		ハム、大豆	もやし、筍、椎茸	小麦
		ひと口たらの甘酢あんかけ		たら	玉葱、人参	小麦
		大根ナムル			大根、人参、きゅうり	小麦
22日 (月)		コッペパン	コッペパン			卵・乳・小麦
		あさりのチャウダー	じゃが芋	あさり、ベーコン、牛乳	玉葱、人参、さやいんげん	乳・小麦
		からあげ		鶏肉		小麦
		コールスローサラダ			キャベツ、人参	小麦
		牛乳		牛乳		乳
24日 (水)		ご飯	ご飯			
		なめこのみそ汁		豆腐、油揚げ	大根、なめこ、長葱	
		鶏肉のうま煮		鶏肉、高野豆腐、竹輪	人参、こんにゃく、さやいんげん	小麦
		キャベツの梅和え			キャベツ、枝豆、梅干し	
		牛乳		牛乳		乳
25日 (木)		あんかけ焼きそば	焼きそば麺	豚肉	玉葱、白菜、人参、もやし、筍、きくらげ	小麦
		中華風海藻サラダ		昆布	大根、きゅうり	小麦
		牛乳		牛乳		乳
26日 (金)		ご飯	ご飯			
		大根のみそ汁		豆腐、油揚げ	大根、長葱	
		肉じゃが	じゃが芋	豚肉		小麦
		きゅうり昆布		昆布	キャベツ、きゅうり	小麦
29日 (月)		コッペパン	コッペパン			卵・乳・小麦
		オニオンスープ			玉葱、人参、コーン、パセリ	小麦
		ハンバーグ～デミグラスソース～		鶏肉、豚肉	玉葱	小麦
		アーモンドサラダ	アーモンド、ごま		キャベツ、枝豆、人参	小麦
		牛乳	牛乳			乳
30日 (火)		勝ちこみご飯	ご飯	鶏肉	ふき、ごぼう、枝豆	小麦
		NEW乳豚汁	じゃが芋	豚肉、豆腐、牛乳	大根、人参、長葱	乳
		枝豆コロッケ	じゃが芋		枝豆	小麦
		三色金平	ごま		こんにゃく、人参、さやいんげん	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。

11月の 平均値	エネルギー	811 kcal
	たんぱく質	31.3 g
	脂質	23.4 g

～11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"> ・長葱 ・大根 ・ごぼう ・キャベツ ・白菜 ・じゃが芋 ・小松菜 ・いんげん ・玉葱 ・人参 ・ほうれん草 ・こんにゃく ・リーキ | <ul style="list-style-type: none"> 帯広 (中村さん)、道内 帯広 (斉藤さん) 帯広 (和田さん)、道内 帯広 (泉さん)、道内 道内 帯広 (井上さん) 道内 道内 (一部府県) 帯広 (中村さん、泉さん) 帯広 (泉さん、伊藤さん)、十勝 道内 帯広、十勝 幕別 (小笠原さん) | <p><野菜></p> <ul style="list-style-type: none"> ・枝豆 ☆大豆 ☆もやし ☆コーン <豆腐類> ☆豆腐 ・油揚げ <p><肉類></p> <ul style="list-style-type: none"> ☆豚肉 ☆鶏肉 ・ベーコン | <ul style="list-style-type: none"> 十勝 十勝 十勝 十勝 十勝 十勝 十勝 十勝、道内 十勝、道内 道内 | <p><調味料・その他></p> <ul style="list-style-type: none"> ☆しょうゆ ☆白しょうゆ ☆赤みそ ☆白みそ ☆でん粉 ・ご飯 ☆パン (小麦) ☆うどん (小麦) ☆ラーメン (小麦) | <ul style="list-style-type: none"> 十勝 十勝 十勝 十勝 十勝 道内 帯広 帯広 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：午後勤務
 勤務時間：13:00～16:45
 給 料：日給 3,585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 7日)
 業務内容：学校給食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 (一部勤務日別)

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、
 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。

