

■今月のもくひょう  
かぜに負けない  
からだ  
体をつくろう

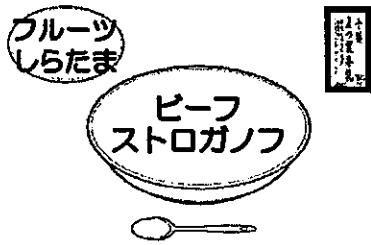
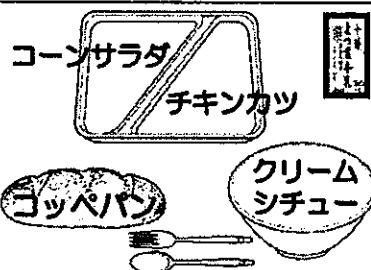
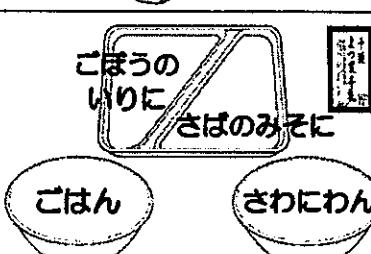
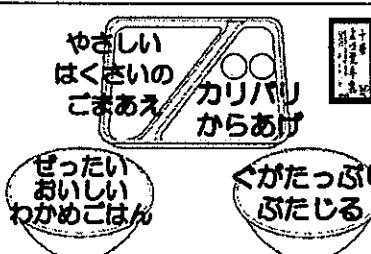
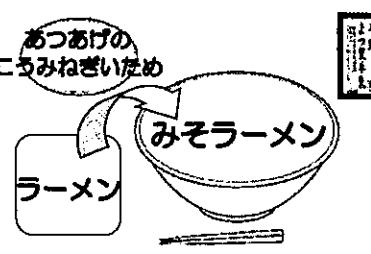
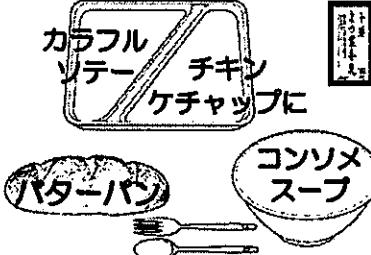
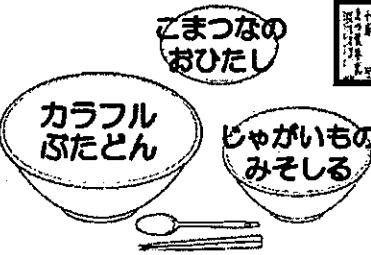
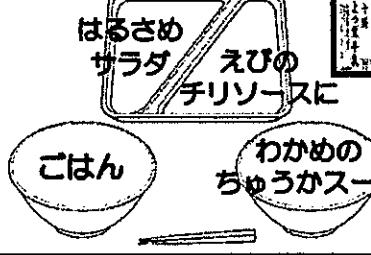
# 給食だより



2月

令和4年2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<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          | アレルギー表示 |
|--------|----------------------|---------------------------|-----------------|-----------------------------|---------|
| 1日(火)  | ごもくうどん<br>           | うどん                       | とりにく、あぶらあげ      | なめこ、たまねぎ、にんじん、ながねぎ          | 小麦      |
|        | やさいかきあげ              |                           |                 | たまねぎ、にんじん、ごぼう、しゅんぎく         | 小麦      |
|        | チョコクレープ              | こめこ、ココア                   | とうにゅう           |                             |         |
|        | 牛乳                   |                           | 牛乳              |                             | 乳       |
| 2日(水)  | ごはん<br>              | ごはん                       |                 |                             |         |
|        | おによけじる               |                           | だいす、かまぼこ        | だいこん、にんじん、ごぼう、ながねぎ          | 小麦      |
|        | いわしのみぞれに             |                           | いわし             | だいこん                        | 小麦      |
|        | なめたけあえ               |                           |                 | こまつな、もやし、にんじん、えのきだけ         | 小麦      |
| 3日(木)  | 牛乳                   |                           | 牛乳              |                             | 乳       |
|        | ブランパン<br>            | ブランパン                     |                 |                             | 卵・乳・小麦  |
|        | ポトフ                  | じゃがいも                     | とりにく            | たまねぎ、にんじん、えだまめ、パセリ          | 小麦      |
|        | ハンバーグ～デミグラスソース～      |                           | ぶたにく、とりにく       | たまねぎ                        | 小麦      |
|        | キャベツとコーンのソテー         |                           | ウインナー           | キャベツ、にんじん、コーン               | 小麦      |
| 4日(金)  | 牛乳                   |                           | 牛乳              |                             | 乳       |
|        | ライス<br>              | ごはん                       |                 |                             |         |
|        | オビリースープカレー           | じゃがいも                     | とりにく、うずらたまご     | たまねぎ、ズッキーニ、パプリカ、なす、にんじん、トマト | 卵・小麦    |
|        | ハートのコロッケ             | じゃがいも                     | とりにく、ぶたにく       | たまねぎ                        | 小麦      |
|        | ダイコーンマリネ             |                           |                 | だいこん、コーン、にんじん               | 小麦      |
| 7日(月)  | 牛乳                   |                           | 牛乳              |                             | 乳       |
|        | ごはん<br>              | ごはん                       |                 |                             |         |
|        | キャベツのみぞしる            |                           | とうふ、あぶらあげ       | キャベツ、ながねぎ                   |         |
|        | ぶたにくといんげんのあまからいため    |                           | ぶたにく            | たまねぎ、さやいんげん                 | 小麦      |
|        | わふうマカロニサラダ           | マカロニ                      |                 | にんじん、えだまめ                   | 小麦      |
| 8日(火)  | 牛乳                   |                           | 牛乳              |                             | 乳       |
|        | トマトソースペンネ<br>        | ペンネ                       | とりにく            | たまねぎ、にんじん、トマト               | 小麦      |
|        | あげパン                 | ライむぎパン                    |                 |                             | 小麦      |
|        | イタリアンサラダ             |                           |                 | キャベツ、きゅうり、コーン               |         |
|        | 牛乳                   |                           | 牛乳              |                             | 乳       |
| 9日(水)  | ごはん<br>              | ごはん                       |                 |                             |         |
|        | だいこんのみぞしる            |                           | とうふ、あぶらあげ       | だいこん、ながねぎ                   |         |
|        | さけのゆうあんやき            |                           | さけ              | ゆず                          | 小麦      |
|        | れんこんとこんにゃくのいりに       |                           | ぶたにく、さつまあげ      | れんこん、こんにゃく、さやいんげん           | 小麦      |
|        | 牛乳                   |                           | 牛乳              |                             | 乳       |
| 10日(木) | ごはん                  |                           |                 |                             |         |
|        | ミルクパン<br>            | ミルクパン                     |                 |                             | 卵・乳・小麦  |
|        | アルファベットスープ           | じゃがいも、マカロニ                | ベーコン            | たまねぎ、にんじん、コーン               | 小麦      |
|        | コロコロチキンのバーベキュースープいため |                           | とりにく            | たまねぎ、りんご                    | 小麦      |
|        | ごまドレサラダ              | ごま                        |                 | キャベツ、きゅうり、えだまめ              | 小麦      |
| 14日(月) | 牛乳                   |                           | 牛乳              |                             | 乳       |
|        | カリカリベーコンチャーハン<br>    | ごはん                       | ベーコン            | コーン、たまねぎ                    | 小麦      |
|        | もちもちワンタンスープ          | ワンタン                      | ぶたにく            | メンマ、もやし、チンゲンサイ              | 小麦      |
|        | ジューシーにくだんご           |                           | とりにく、ぶたにく       | たまねぎ                        | 小麦      |
|        | シャキシャキキャベツのうめあえ      |                           |                 | キャベツ、えだまめ、うめぼし              |         |
| 15日(火) | 牛乳                   |                           | 牛乳              |                             | 乳       |
|        | やさいとしょうがのみそうどん<br>   | うどん                       | ぶたにく、あぶらあげ      | たまねぎ、にんじん、しめじ、ながねぎ          | 小麦      |
|        | わふうだいこんサラダ           |                           | かつおぶし           | だいこん、にんじん、きゅうり              | 小麦      |
|        | 牛乳                   |                           | 牛乳              |                             | 乳       |

|                |   |                |  |                  |              |                      |        |
|----------------|---|----------------|--|------------------|--------------|----------------------|--------|
| 16<br>日<br>(水) |     | ビーフストロガノフ      |     | ごはん              | ぎゅうにく        | しめじ、たまねぎ、りんご、セロリ、トマト | 小麦     |
|                |   | フルーツしらたま       | 豊西牛を使っています♪  | しらたまもち、ゼリー、ナタデココ |              | もも、パイン               |        |
|                |   | 牛乳             |  | 牛乳               |              |                      | 乳      |
| 17<br>日<br>(木) |    | コーンサラダ         |  | コッペパン            |              |                      | 卵・乳・小麦 |
|                |   | チキンカツ          |  | じゃがいも            | ぶたにく、牛乳      | たまねぎ、にんじん            | 乳・小麦   |
|                |   | コッペパン          |  |                  | とりにく         |                      | 小麦     |
|                |   | クリームシチュー       |  |                  |              | コーン、キャベツ、にんじん        | 小麦     |
|                |   | 牛乳             |  | 牛乳               |              |                      | 乳      |
| 18<br>日<br>(金) |    | ごはん            |  | ごはん              |              |                      |        |
|                |   | さわにわん          |  |                  | くきわかめ、いとかまぼこ | だいこん、にんじん、たけのこ、えのきだけ | 小麦     |
|                |   | さばのみそに         |  |                  | さば           |                      |        |
|                |   | ごぼうのいりに        |  |                  |              | ごぼう、こんにゃく、にんじん、えだまめ  | 小麦     |
|                |   | 牛乳             |  | 牛乳               |              |                      | 乳      |
| 21<br>日<br>(月) |   | ぜったいおいしいわかめごはん |  | ごはん              | わかめ          |                      |        |
|                |   | ぐがたっぷりぶたじる     |  | じゃがいも            | ぶたにく、とうふ     | にんじん、だいこん、ごぼう、ながねぎ   |        |
|                |   | カリパリからあげ       | 1人2ヶです   |                  | とりにく         |                      | 小麦     |
|                |   | やさしいはくさいのごまあえ  |  | ごま               |              | はくさい、こまつな            | 小麦     |
|                |   | 牛乳             | 栄小学校6年2組の児童が<br>考えた献立です！   |                  | 牛乳           |                      | 乳      |
| 22<br>日<br>(火) |  | みそラーメン         | ～給食食べるみんなへのメッセージ～<br>具がたくさんあって栄養バランスも<br>よいので、いっぱい食べてください。                           | ラーメン             | ぶたにく         | キャベツ、にんじん、メンマ、もやし    | 小麦     |
|                |   | あつあげのこうみねぎいため  |  |                  | とりにく、あつあげ    | にんじん、ながねぎ            | 小麦     |
|                |   | 牛乳             |  |                  | 牛乳           |                      | 乳      |
| 24<br>日<br>(木) |  | バターパン          |  | バターパン            |              |                      | 卵・乳・小麦 |
|                |   | コンソメスープ        |  |                  | ワインナー        | たまねぎ、にんじん、コーン        | 小麦     |
|                |   | チキンケチャップに      |  |                  | とりにく         |                      | 小麦     |
|                |   | カラフルソテー        |  |                  | ツナ           | キャベツ、にんじん、えだまめ       | 小麦     |
|                |   | 牛乳             |  |                  | 牛乳           |                      | 乳      |
| 25<br>日<br>(金) |  | カラフルぶたどん       |  | ごはん              | ぶたにく         | たまねぎ、にんじん、えだまめ、コーン   | 小麦     |
|                |   | じゃがいものみそしる     |  | じゃがいも            | とうふ、あぶらあげ    | たまねぎ                 |        |
|                |   | こまつなのおひたし      |  |                  | かつおぶし        | こまつな、もやし             | 小麦     |
|                |   | 牛乳             |  |                  | 牛乳           |                      | 乳      |
|                |   |                |  |                  |              |                      |        |
| 28<br>日<br>(月) |  | ごはん            |  | ごはん              |              |                      |        |
|                |   | わかめのちゅうかスープ    |  | ごま               | わかめ          | しいたけ、ながねぎ            | 小麦     |
|                |   | えびのチリソースに      |  |                  | えび           | たまねぎ、にんじん、えだまめ       | 小麦・えび  |
|                |   | はるさめサラダ        |  | はるさめ             |              | キャベツ、にんじん、きゅうり       | 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重要な財源です。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。

|            |       |          |
|------------|-------|----------|
| 2月の<br>平均値 | エネルギー | 657 kcal |
|            | たんぱく質 | 29.3 g   |
|            | 脂 質   | 21.2 g   |

## ~2月に使用する十勝産・北海道産食材の紹介~

### <野菜>

- ・玉葱 帯広（中村さん） 幕別、道内
- ・人参 帯広（泉さん） 帯広（和田さん）
- ・ごぼう 帯広（斎藤さん） 道内
- ・大根 帯広（斎藤さん）
- ・じゃが芋 道内

☆マークが付いている食材は、年間を通して十勝産です。

- ・さやいんげん 十勝
- ・枝豆 十勝
- ☆大豆 帯広
- ☆コーン 十勝
- ☆もやし 十勝

### <豆腐類>

- ☆豆腐 十勝
- ・油揚 十勝
- <肉類>
- ・牛肉 帯広
- ☆豚肉 十勝・道内
- ☆鶏肉 十勝・道内
- ・ベーコン 道内

### <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

