

■今月の目標
一年間の反省をしよう

3月

給食だより



令和4年3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(火)		コーンピラフ	ご飯	ウインナー	コーン	小麦
		オビリースープ		ベーコン	キャベツ、玉葱、コーン、人参	小麦
		とんカツ~デミグラスソース~		豚肉		小麦
		すだちゼリー			すだち	
		牛乳		牛乳		乳
2日(水)		ご飯	ご飯			
		生姜入り豚汁	じゃがいも	豚肉、豆腐	人参、大根、ごぼう、長葱	
		いわしの生姜煮		いわし		小麦
		ごまこぶ和え	ごま	こんぶ	キャベツ、枝豆、人参	小麦
		牛乳		牛乳		乳
3日(木)		塩ラーメン	ラーメン	豚肉	メンマ、もやし、人参、長葱	小麦
		きなこポテトもち	じゃがいも	きなこ		小麦
		牛乳		牛乳		乳
4日(金)		枝豆とひじきのたきこみご飯	ご飯、ごま	鶏肉、ひじき	人参、枝豆	小麦
		豆腐のみそ汁		豆腐、わかめ、油揚げ	長葱	
		豆腐のハンバーグ		豆腐、鶏肉、おから	玉葱、人参	
		大豆とひじきの甘煮		鶏肉、大豆、ひじき	人参、こんにゃく	小麦
		牛乳		牛乳		乳
7日(月)		チョコチップパン	チョコチップパン			卵・乳・小麦
		アルファベットスープ	マカロニ、じゃがいも	ベーコン	玉葱、人参、コーン	小麦
		チキンチャップ		鶏肉	玉葱、枝豆	
		ツナマヨサラダ		ツナ	人参、きゅうり、コーン	小麦
		牛乳		牛乳		乳
8日(火)		ご飯	ご飯			
		のっぺい汁		鶏肉、油揚げ	大根、人参、ごぼう、こんにゃく、長葱	小麦
		さばのみそ煮		さば		
		小松菜のなめたけ和え			小松菜、人参、えのきだけ	小麦
		牛乳		牛乳		乳
9日(水)		ご飯	ご飯			
		テンションあげあげな豆腐のみそ汁		豆腐、油揚げ	長葱	
		肉ましまし二中じゃが	じゃがいも	豚肉		小麦
		DAINIんぎのキャベツの梅あえ		大豆	キャベツ、梅干し	
		牛乳		牛乳		乳
10日(木)		ミートソースパンネ	パンネ	豚肉	玉葱、人参	小麦
		ダイコンマリネ			大根、きゅうり、コーン、人参	小麦
		ガトーショコラ	米粉、ココア	豆乳		
		牛乳		牛乳		乳
11日(金)		ポークカレーライス	ご飯、じゃがいも	豚肉	玉葱、人参	小麦
		フルーツ白玉	白玉もち、ゼリー、ナタデココ		みかん、もも、パイン	
		牛乳		牛乳		乳

今年度最後の締めくくりのオビリースープは、鶏ガラと香味野菜を煮込んだフイヨンで作ったオビリースープです。

皆さんの「巣立ち」をお祝いしてのデザートです！

稲田小学校6年生が考えました。帯広の特産品「大豆」を使ったメニューを家庭科の授業で考えてくれました。栄養バランスなどを考えた素敵なメニューです。

第二中学校の生徒が家庭科の授業で考えたメニューです。

卒業・進級おめでとうございます！

14日(月)		クリームパン	クリームパン			卵・乳・小麦
		ビーフシチュー	じゃがいも	牛肉	玉葱、人参	小麦
		ココロコチキンのレモンペッパー焼き		鶏肉		
		マカロニサラダ	マカロニ		きゅうり、人参、コーン	小麦
		牛乳		牛乳		乳
16日(水)		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、チンゲン菜、長葱	小麦
		チンジャオロース		豚肉	ピーマン、玉葱、人参、筍	小麦
		大根ナムル			大根、人参、きゅうり	小麦
		牛乳		牛乳		乳
17日(木)		かしわうどん	うどん	鶏肉	人参、なめこ、長葱	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
		うどん		牛乳		乳
		牛乳		牛乳		
18日(金)		ご飯	ご飯			
		たもぎ茸のみそ汁		油揚げ	たもぎ茸、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
		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		牛乳		乳
22日(火)		ご飯	ご飯			
		ハムとわかめの中華スープ		ハム、わかめ	椎茸、長葱	小麦
		春巻き	春雨、春巻の皮	豚肉	玉葱、人参、椎茸	えび、小麦
		ホイコーロー		豚肉	キャベツ、玉葱、人参	小麦
		牛乳		牛乳		乳
23日(水)		ご飯	ご飯			
		けんちん汁		鶏肉、豆腐	大根、人参、ごぼう、こんにゃく、椎茸、長葱	小麦
		豚肉の生姜焼き	ごま	豚肉	枝豆	小麦
		白菜のおかか和え		かつお節	白菜、人参	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。

3月の 平均値	エネルギー	850 kcal
	たんぱく質	37.2 g
	脂 質	23.4 g

～3月に使用する十勝産・北海道産食材の紹介～

<野菜>

- ・玉葱 道内
- ・ごぼう 帯広 (和田さん)
- ・にんにく 十勝
- ・キャベツ 道内
- ・大豆 帯広
- ・もやし 十勝
- ・枝豆 十勝
- ・コーン 十勝

<肉類>

- ☆豚肉 十勝
 - ☆鶏肉 十勝、道内
 - ・ベーコン、ハム 道内
- <豆腐類>
- ☆豆腐 十勝
 - ・油揚 十勝
- (十勝産・道産以外になることもあります)

<魚類>

- ・ツト 道内
- (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：午前勤務
 勤務時間：8:15～12:15
 給 料：日給3,824円～4,624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：学校給食調理業務、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、
 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。

