

■今月のもくひょう  
よくかんで  
た  
食べよう

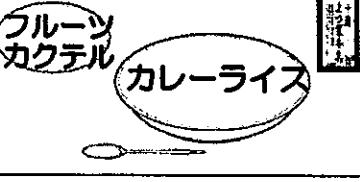
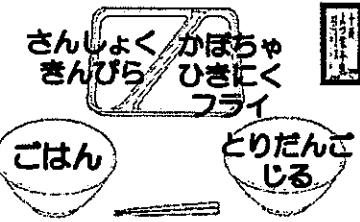
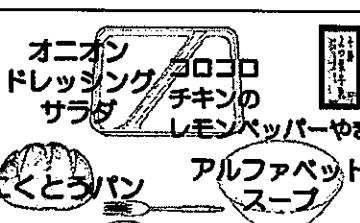
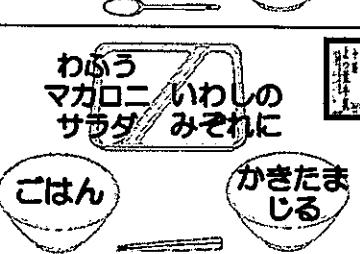
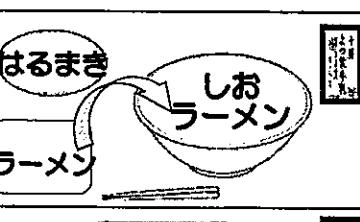
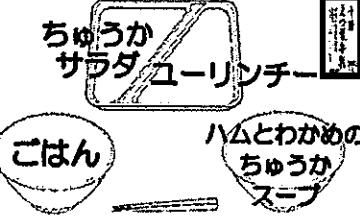
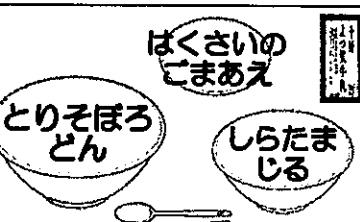
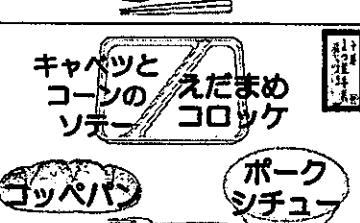
# 給食だより



6月

令和4年6月  
小学校B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 もととなる食品	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 (水)	コールスロー サラダ ほっけフライ	コッペパン	コッペパン		卵・乳・小麦
	コーンスープ		ベーコン	コーン、パセリ	小麦
	ほっけフライ		ほっけ		小麦
	コールスローサラダ			キャベツ、にんじん、きゅうり	小麦
	牛乳		牛乳		乳
2 日 (木)	ごまこんぶ あえ ぶたにくと えのきだけの しぐれに ごはん	ごはん	ごはん		
	はくさいとあつあげのみそしる		あつあげ	はくさい、ながねぎ	
	ぶたにくとえのきだけのしぐれに		ぶたにく	えのきだけ、にんじん、たまねぎ、こんにゃく	小麦
	ごまこんぶあえ	ごま	こんぶ	キャベツ、えだまめ、にんじん	小麦
	牛乳		牛乳		乳
3 日 (金)	ちゅうかふう かいそう サラダ やきそば めん	あんかけやきそば	やきそばめん	ぶたにく	たまねぎ、はくさい、にんじん、もやし、 たけのこ、きくらげ
	あんかけ やきそば	ちゅうかふうかいそうサラダ		こんぶ	だいこん、きゅうり
	やきそば めん	牛乳		牛乳	小麦
	ごはん	ごはん	ごはん		
	わかめのみそしる		わかめ、とうふ、あぶらあげ	ながねぎ	
7 日 (火)	はくさいの おかがあえ ぶたにくと いんげんの あまからいため ごはん	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
	わかめのみそしる		かつおぶし	はくさい、にんじん	小麦
	はくさいのおかあえ		牛乳		乳
	牛乳				
	バターパン	バターパン			卵・乳・小麦
8 日 (水)	ツナマヨ サラダ だんしゃく いも コロッケ シーフードトマト オビリースープ	シーフードトマトオビリースープ		ベーコン、えび、あさり	えび・小麦
	バターパン	だんしゃくいもコロッケ	じゃがいも		卵・乳・小麦
	ツナマヨサラダ	ツナマヨサラダ	ツナ	にんじん、きゅうり、コーン	小麦
	牛乳	牛乳			乳
	わかめごはん	ごはん	わかめ		
9 日 (木)	マヨきんぴら さけの てりやき わかめ ごはん	キャベツのみそしる		とうふ、あぶらあげ	キャベツ、ながねぎ
	きんぴら	さけのてりやき		さけ	
	牛乳	ごま	とりにく	ごぼう、にんじん	小麦
	牛乳		牛乳		乳
	ごもくうどん	ごもくうどん	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
10 日 (金)	きなこ あげパン うどん	きなこあげパン	ライむぎパン	きなこ	小麦
	うどん	牛乳		牛乳	乳
	ごはん				
	やさいのちゅうかスープ	蒂広産のチングンサイを使って います♪			
	ぎょうざ				
13 日 (月)	だいこん ナムル ごはん	だいこんナムル	ぎょうざのかわ	ぶたにく	はくさい、にんじん、チングンサイ、しいたけ
	きょうざ	牛乳			小麦
	牛乳	ひとり2ヶです♪			だいこん、にんじん、きゅうり
	牛乳				乳
	ごはん				
14 日 (火)	しらあえ さばのみそに ごはん	すましじる	心		だいこん、ながねぎ、しいたけ
	さばのみそに				小麦
	牛乳	さば			
	牛乳	ごま	とうふ	ほうれんそう、にんじん、えだまめ	小麦
	牛乳		牛乳		乳
15 日 (水)	アーモンド サラダ ハンバーグ ～でづくりソース～ プランパン	プランパン	プランパン		卵・乳・小麦
	ジュリエンヌスープ		ベーコン	キャベツ、たまねぎ、にんじん、パセリ	小麦
	ハンバーグ～でづくりソース～		ぶたにく、とりにく	たまねぎ	
	アーモンドサラダ	アーモンド、ごま		キャベツ、きゅうり、にんじん	小麦
	牛乳		牛乳		乳
16 日 (木)	きゅうり こんぶ にくじやが ごはん	ごはん	ごはん		
	だいこんのみそしる				
	にくじやが		とうふ、あぶらあげ	だいこん、ながねぎ	
	牛乳		ぶたにく		小麦
	牛乳		こんぶ	キャベツ、きゅうり	小麦
17 日 (金)	イタリアン サラダ トマトソース パン	トマトソースパン	パン	とりにく	たまねぎ、にんじん、トマト
	牛乳				小麦
	イタリアン サラダ	イタリアンサラダ			キャベツ、きゅうり、コーン
	牛乳				
					乳

20 日 (月)		カレーライス フルーツカクテル 牛乳	ごはん、じゃがいも フルーツカクテル 牛乳	ぶたにく ゼリー、ナタデココ 牛乳	たまねぎ、にんじん もも、パイン	小麦 乳
21 日 (火)		ごはん とりだんごじる かぼちゃひきにくフライ さんしょくきんぴら 牛乳	ごはん とりにく、あぶらあげ ぶたにく ごま 牛乳	たまねぎ、にんじん、しいたけ、だいこん、ながねぎ かぼちゃ、たまねぎ こんにゃく、にんじん、えだまめ	小麦	
		こくとうパン オニオンドレッシングサラダ コロコロチキンのレモンペッパー焼き アルファベットスープ	こくとうパン じゃがいも、マカロニ とりにく とりにく	ベーコン	たまねぎ、にんじん、コーン キャベツ、にんじん、きゅうり	小麦
		わふうマカロニサラダ みぞれに	マカロニ	牛乳		卵・乳・小麦
		ごはん かきたまじる いわしのみぞれに わふうマカロニサラダ 牛乳	ごはん たまご いわし マカロニ 牛乳		にんじん、しいたけ、たけのこ、ながねぎ だいこん にんじん、えだまめ	卵・小麦
		はるまき ラーメン	ラーメン はるさめ、はるまきのかわ	ぶたにく 牛乳	メンマ、もやし、にんじん、ながねぎ たまねぎ、にんじん、しいたけ	小麦 えび・小麦
22 日 (水)		しおラーメン はるまき 牛乳	ラーメン はるさめ、はるまきのかわ	ぶたにく 牛乳		乳
23 日 (木)		ごはん かきたまじる いわしのみぞれに わふうマカロニサラダ 牛乳	ごはん たまご いわし マカロニ 牛乳		にんじん、しいたけ、たけのこ、ながねぎ だいこん にんじん、えだまめ	卵・小麦
		ちゅうかサラダユーリンチー	ごはん ハムとわかめのちゅうかスープ ユーリンチー	ごはん ハム、わかめ とりにく	ながねぎ キャベツ、にんじん、きゅうり	小麦
		ごはん ハムとわかめのちゅうかスープ	ちゅうかサラダ	牛乳		小麦
		ぱくさいのごまあえ とりそぼろどん	ごはん しらたまちる	とりにく ぶたにく、あぶらあげ	しいたけ、たまねぎ、にんじん、さやいんげん たまねぎ、にんじん	小麦
		ぱくさいのごまあえ はくさいのごまあえ 牛乳	ごま		はくさい、こまつな	小麦
24 日 (金)		牛乳		牛乳		乳
		ごはん ハムとわかめのちゅうかスープ	牛乳			
		ユーリンチー				
		ちゅうかサラダ				
		牛乳				
27 日 (月)		とりそぼろどん しらたまちる はくさいのごまあえ 牛乳	ごはん しらたまちる ごま	とりにく ぶたにく、あぶらあげ	しいたけ、たまねぎ、にんじん、さやいんげん たまねぎ、にんじん	小麦
		牛乳				
		ぱくさいのごまあえ				
		とりそぼろどん				
		牛乳				
29 日 (水)		コッペパン ポークシチュー えだまめコロッケ キャベツとコーンのソテー	コッペパン じゃがいも じゃがいも ワインナー	コッペパン ぶたにく えだまめ 牛乳	たまねぎ、にんじん えだまめ キャベツ、コーン、にんじん	卵・乳・小麦
		牛乳				
		コッペパン				
		ポークシチュー				
		えだまめコロッケ				
30 日 (木)		ひじきマヨサラダ ごはん なめこのみそしる とりにくのうまい 牛乳	ごはん とうふ、あぶらあげ とりにく、こうやどうふ、ちくわ ひじき 牛乳		だいこん、なめこ、ながねぎ にんじん、こんにゃく、さやいんげん キャベツ、にんじん、コーン	小麦
		なめこのみそしる				
		とりにくのうまい				
		ひじきマヨサラダ				
		牛乳				

\*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。

6月の 平均値	エネルギー	630 kcal
	たんぱく質	25.8 g
	脂 質	22.1 g

## ~6月に使用する十勝産・北海道産食材の紹介~

### <野菜>

- ・大根
- ・ごぼう
- ・じゃが芋
- ・チンゲン菜
- ・人参
- ・長葱
- ・キャベツ
- ・白菜
- ・ほうれん草
- 帯広（斎藤さん）、道内、一部府県産 小松菜
- 帯広（和田さん）、道内、一部府県産 セロリ
- 幕別（小笠原さん）、道内 にんにく
- 帯広（泉さん）、道内、一部府県産 枝豆
- 道内、一部府県産 もやし
- 道内、一部府県産 コーン
- 道内、一部府県産
- 道内、一部府県産
- 道内、一部府県産

### <豆腐類>

- 道内、一部府県産 ☆豆腐
- 道内、一部府県産 ☆油揚
- 十勝、一部府県産

### <調味料・その他>

- 十勝 ☆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
- 道内 ☆ご飯
- 帯広 ☆パン（小麦）

（十勝産・道産以外になることもあります）

☆マークが付いている食材は、年間を通して十勝産です。

### [Bコース]

帯広、西、柏、明星、緑丘、東、豊成、栄、花園、啓北、川西、大正、愛國

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 でご覧ることができます。

