

給食だより



令和4年7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(金)	かき揚げ丼 ~丼タレ~ 	ご飯		玉葱、人参、ごぼう、春菊	小麦
	豆腐のみそ汁 		豆腐	大根、長葱	
	竹輪とれんこんの甘辛炒め 	ごま	竹輪	人参、れんこん	小麦
	牛乳 		牛乳		乳
4日(月)	チョコチップパン 	チョコチップパン			卵・乳・小麦
	お星さまオニオンスープ 			玉葱、人参、コーン、パセリ	小麦
	コロコロチキンのバーベキューソース炒め 		鶏肉	玉葱、りんご	小麦
	まめ豆サラダ 	ごま	大豆	枝豆、キャベツ	小麦
5日(火)	鶏肉と大根の煮物、あじフライ 	ご飯			
	すまし汁 		豆腐、わかめ	椎茸、人参	小麦
	あじフライ 		あじ		小麦
	鶏肉と大根の煮物 		鶏肉	大根、人参、さやいんげん	小麦
6日(水)	ご飯 	ご飯			
	わかめの中華スープ 		わかめ	えのき茸、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
	春雨サラダ 	春雨		もやし、人参、きゅうり	小麦
7日(木)	カレーうどん 	うどん	豚肉、油揚げ	玉葱、人参、たもぎ茸、長葱	小麦
	フルーツ白玉 	白玉もち、ゼリー、ナタデココ		桃、パイナップル	
	うどん 				
	牛乳 		牛乳		乳
8日(金)	コーンピラフ 	ご飯	ウインナー	コーン、玉葱	小麦
	オビリースープ 		ベーコン	白菜、玉葱、枝豆、人参	小麦
	だんしゃく芋コロッケ 	じゃが芋			卵・乳・小麦
	ごまドレサラダ 	ごま		キャベツ、人参、きゅうり	小麦
11日(月)	コッペパン 	コッペパン			卵・乳・小麦
	ポトフ 	じゃが芋	ウインナー	玉葱、人参、キャベツ、パセリ	小麦
	ポークチャップ 		豚肉	玉葱	
	ダイコンマリネ 			大根、きゅうり、コーン、人参	小麦
12日(火)	ご飯 	ご飯			
	なめこのみそ汁 		豆腐	大根、なめこ、長葱	
	肉じゃが 	じゃが芋	豚肉		小麦
	キャベツの梅和え 			キャベツ、枝豆、梅干し	
13日(水)	わかめご飯 	ご飯	わかめ		
	芋団子汁 	じゃが芋	油揚げ	ごぼう、人参、長葱	小麦
	いわしの梅煮 		いわし	梅干し	小麦
	おひたし 		かつお節	小松菜、もやし	小麦
牛乳 		牛乳		乳	

14日(木)	中華ドレッシング サラダ しょうゆラーメン ラーメン	しょうゆラーメン	ラーメン	豚肉	メンマ、もやし、長葱	小麦
		中華ドレッシングサラダ			キャベツ、小松菜、人参	小麦
		牛乳		牛乳		乳
15日(金)	和風ポテト サラダ 和風ハンバーグ ～オニオンソース～ ご飯 白菜のみそ汁	ご飯	ご飯			
		白菜のみそ汁		豆腐	白菜、長葱	
		和風ハンバーグ～オニオンソース～		豚肉、鶏肉	玉葱	小麦
		和風ポテトサラダ	じゃが芋		人参、枝豆	小麦
19日(火)	コールスロー サラダ ハッシュド ポーク	ハッシュドポーク	ご飯	豚肉	しめじ、玉葱、りんご、セロリ、トマト	小麦
		コールスローサラダ			キャベツ、人参、コーン	小麦
		牛乳		牛乳		乳
20日(水)	中華風 海藻サラダ ビビンバ 豆腐の 中華スープ	ビビンバ	ご飯、ごま	豚肉	人参、筍、もやし、ほうれん草	小麦
		豆腐の中華スープ		豆腐	椎茸、長葱	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
21日(木)	オニオン ドレッシング サラダ あさりの クリームパンネ	あさりのクリームパンネ	パンネ	あさり、ベーコン、牛乳	玉葱、人参、しめじ、さやいんげん	乳・小麦
		オニオンドレッシングサラダ		鶏肉	キャベツ、人参	小麦
		牛乳		牛乳		乳
22日(金)	ごぼうの 炒り煮 チキンカツ ご飯 大根の みそ汁	ご飯	ご飯			
		大根のみそ汁		豆腐	大根、長葱	
		チキンカツ		鶏肉		小麦
		ごぼうの炒り煮			ごぼう、こんにゃく、人参、枝豆	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。

7月の
平均値

エネルギー	820 kcal
たんぱく質	31.0 g
脂質	27.5 g

～7月に使用する十勝産・北海道産食材の紹介～

<野菜>		<豆腐類>		<調味料・その他>	
・大根	帯広(斉藤さん)	☆豆腐	十勝	☆しょうゆ	十勝
・ごぼう	帯広(和田さん)、道内、一部府県産	・油揚	十勝	☆白しょうゆ	十勝
・ほうれん草	十勝、道内	<肉類>		☆赤みそ	十勝
・にんじん	道内、一部府県産	☆豚肉	十勝	☆白みそ	十勝
・長葱	十勝、道内	☆鶏肉	十勝、道内	☆でん粉	十勝
・キャベツ	十勝、道内	・ベーコン	道内	・ご飯	道内
・白菜	十勝、道内			☆パン(小麦)	帯広
・小松菜	十勝、道内			☆うどん(小麦)	帯広
				☆ラーメン(小麦)	帯広
・きゅうり	道内	(十勝産・道産以外になることもあります)			
・ピーマン	道内				
・にんにく	道内、一部府県産				
・セロリ	道内				
・枝豆	十勝				
・もやし	十勝				
・大豆	帯広				
☆コーン	道内、一部府県産				

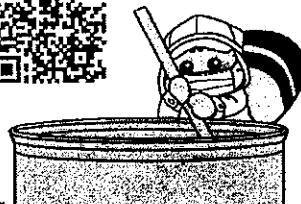
おしらせ

【動画施設見学】

学校給食センターの秘密！オビリースープ編
を公開しています

帯広市の給食オリジナルメニューである『オビリースープ』
がどのように作られているのかがわかる動画を作りました♪

現在、施設見学は行われていませんが、この動画で学校給食
づくりの一部を見学していただき、これからも給食時間を楽し
みにしてもらえたら嬉しいです！ぜひご覧ください！



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。