

給食だより

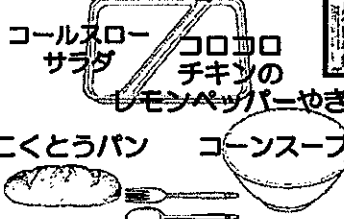
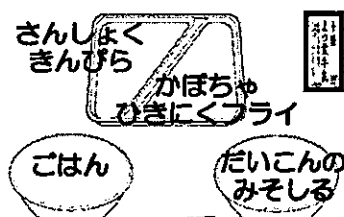
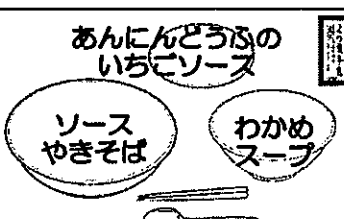
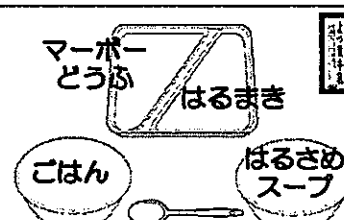
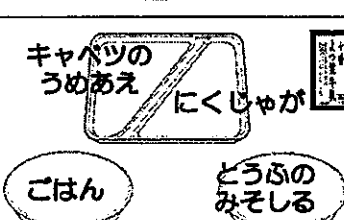
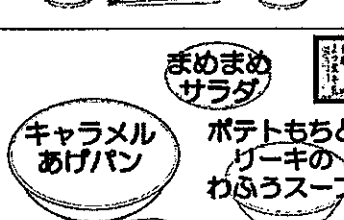
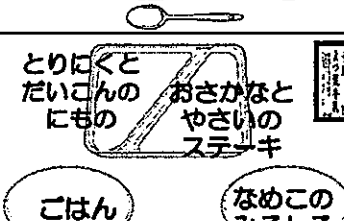
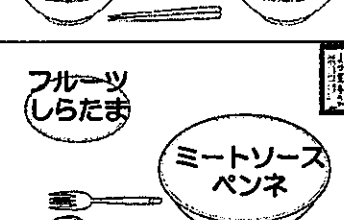
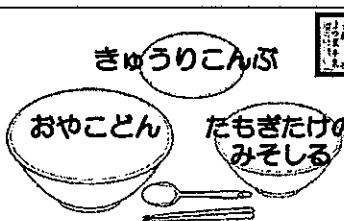


10月

令和4年10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
3 日 (月)	 もやしの うめちりあえ スタミナどん わかめ みそしる	ごはん	ぶたにく	たまねぎ、にんじん、にら	小麦
			あぶらあげ、わかめ	ながねぎ	
		ごま	しらす	もやし、ほうれんそう、うめぼし、しそ	
			牛乳		乳
4 日 (火)	 あつあけの すきやきに ちくわの いそべあげ ごはん あげの みそしる	ごはん		なめこ	
			あぶらあげ		小麦
			ちくわ、あおのり		
			ぶたにく、あつあげ	たまねぎ、にんじん、はくさい、こんにゃく、ながねぎ	小麦
5 日 (水)	 ツナマヨサラダ たんしゃくいも コロッケ ごはん あじさいの オビリースープ	ごはん			
		コッペパン	コッペパン		卵・乳・小麦
		あじさいのオビリースープ		にんじん、たまねぎ、だいこん	
		たんしゃくいもコロッケ	じゃがいも		卵・乳・小麦
6 日 (木)	 はくさいの にびたし いわしの うめ わかめ ごはん じゃがいもの みそしる	ごはん	わかめ	たまねぎ	
		じゃがいものみそしる	あぶらあげ	うめぼし	小麦
		いわしのうめに	いわし	はくさい	小麦
		はくさいのにびたし	さつまあげ、かつおぶし		乳
7 日 (金)	 きなこ ポテトもち みそラーメン ラーメン	ラーメン	ぶたにく	メンマ、もやし、ながねぎ	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
11 日 (火)	 もやしの ポンずあえ さばのみそに ごはん しょうがいきり ぶたじる	ごはん			
		しょうがいきりぶたじる	ぶたにく、とうふ	にんじん、だいこん、こんにゃく、ながねぎ	
		さばのみそに	さば		
		もやしのポンずあえ	かつおぶし	もやし、ほうれんそう	小麦
12 日 (水)	 ダイコン マリネ チャーマン ポテト いちごジャム スライスパン アルファベット スープ	スライスパン～いちごジャム～	スライスパン、いちごジャム		乳・小麦
		アルファベットスープ	マカロニ、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、コーン	小麦
		チャーマンポテト	じゃがいも	たまねぎ	小麦
		ダイコンマリネ		だいこん、きゅうり、コーン、にんじん	小麦
13 日 (木)	 パンパンジー サラダ しょうゆだれ にくだんご ごはん もやしの ちゅうかスープ	ごはん			
		もやしのちゅうかスープ	ぶたにく	もやし、ながねぎ	小麦
		しょうゆだれにくだんご	とりにく、ぶたにく	たまねぎ	小麦
		パンパンジーサラダ	とりにく	きゅうり、にんじん、だいこん	小麦
14 日 (金)	 かぼちゃの いとこに あげたま うどん うどん	うどん、あげたま	とりにく	はくさい、にんじん、しいたけ、ながねぎ	小麦
		かぼちゃのいとこに	あずき	かぼちゃ	
		牛乳	牛乳		乳
17 日 (月)	 スペシャル ぎょうざ チャーハン とうふの ちゅうかスープ	チャーハン	ぶたにく	ながねぎ、にんじん、しいたけ、コーン	小麦
		とうふのちゅうかスープ	とうふ	しいたけ、ながねぎ	小麦
		スペシャルぎょうざ	ぎょうざのかわ	キャベツ、たまねぎ	小麦
		牛乳	牛乳		乳
18 日 (火)	 トカプチの恵み コーンサラダ かわにし カレーライス	かわにしカレーライス	ごはん、じゃがいも	たまねぎ、にんじん	小麦
		コーンサラダ		コーン、キャベツ、にんじん、きゅうり	小麦
		牛乳	牛乳		乳

19日 (水)	 コールスロー サラダ ココロ チキンの レモンペッパーやき こくとうパン コーンスープ	こくとうパン コーンスープ ココロチキンのレモンペッパーやき コールスローサラダ 牛乳	こくとうパン コーンスープ ココロチキンのレモンペッパーやき コールスローサラダ 牛乳	たまねぎ、コーン、パセリ キャベツ、にんじん、きゅうり	卵・乳・小麦 小麦 小麦 乳
20日 (木)	 さんしょく きんぴら かぼちゃ ひきにくフライ ごはん だいこんの みそしる	ごはん だいこんのみそしる 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 だいこんのみそしる かぼちゃひきにくフライ さんしょくきんぴら 牛乳	あぶらあげ ぶたにく こんにゃく、にんじん、えだまめ	小麦 小麦 乳
21日 (金)	 あんにんどうふの いちごソース ソース やきそば わかめ スープ	ソースやきそば わかめスープ あんにんどうふのいちごソース 牛乳	やきそばめん わかめ あんにんどうふ 牛乳	キャベツ、にんじん しいたけ、ながねぎ いちご	小麦 小麦 乳
24日 (月)	 マーボー どうふ はるまき ごはん はるさめ スープ	ごはん はるさめスープ はるまき マーボーどうふ 牛乳	ごはん はるさめ はるさめ、はるまきのかわ マーボーどうふ 牛乳	ほうれんそう たまねぎ、にんじん、しいたけ しいたけ、にんじん、たけのこ	小麦 小麦・えび 小麦 乳
25日 (火)	 キャベツの うめあえ にくじゃが ごはん とうふの みそしる	ごはん とうふのみそしる にくじゃが キャベツのうめあえ 牛乳	ごはん とうふのみそしる にくじゃが キャベツのうめあえ 牛乳	とうふ、あぶらあげ ぶたにく キャベツ、えだまめ、うめぼし	小麦 乳
26日 (水)	 まめまめ サラダ キャラメル あげパン ポテトもちと リーキの わふうスープ	キャラメルあげパン ポテトもちとリーキのわふうスープ まめまめサラダ 牛乳	ごはん とうふのみそしる にくじゃが キャベツのうめあえ 牛乳	とうふ、あぶらあげ ぶたにく キャベツ、えだまめ、うめぼし	小麦 乳
27日 (木)	 とりにくと だいこんの にももの ごはん なめこの みそしる	ごはん なめこのみそしる おさかなとやさいのステーキ とりにくとだいこんのもの 牛乳	ごはん なめこのみそしる おさかなとやさいのステーキ とりにくとだいこんのもの 牛乳	あぶらあげ たら とりにく こんにゃく、にんじん、えだまめ	小麦 乳
28日 (金)	 フルーツ しらたま ミートソース パンネ	ミートソースパンネ フルーツしらたま 牛乳	パンネ しらたまもち、 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
31日 (月)	 きゅうりこんぶ おやこどん たもぎたけの みそしる	おやこどん たもぎたけのみそしる きゅうりこんぶ 牛乳	ごはん きゅうりこんぶ 牛乳	たまねぎ、にんじん、たけのこ、しいたけ たもぎたけ、ながねぎ キャベツ、きゅうり	卵・小麦 小麦 乳

～10月に使用する十勝産・北海道産食材の紹介～

＜野菜＞

- ・長葱
- ・大根
- ・キャベツ
- ・きゅうり
- ・にんにく
- ・セロリ
- ・じゃが芋
- ・リーキ
- ・白菜
- ・ほうれん草
- ・にんにく
- ・にら
- ・小豆
- ・大豆

帯広、道内
 帯広（斎藤さん）
 帯広、道内
 道内（一部府県）
 十勝、道内
 道内
 帯広
 幕別（小笠原さん）
 十勝、道内
 道内
 十勝（一部府県）
 道内
 帯広
 帯広

<野菜>
 ・玉葱
 ・人参
 ・枝豆
 ☆大豆
 ☆もやし
 ☆コーン
 <豆腐類>
 ☆豆腐
 ・油揚げ
 <肉類>
 ☆牛肉（豊）
 ☆豚肉
 ☆鶏肉
 ・ベーコン

帯広（中村さん）
 帯広（泉さん）、道内
 十勝
 十勝
 十勝
 十勝
 十勝
 十勝
 帯広
 十勝
 十勝、道内

<調味料・その他>
 ☆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)

十勝
十勝
十勝
十勝
道内
帯広
帯広
帯広

【Bコース】

帶広、西、柏、明星、緑丘、東、豊成、
栄、花園、啓北、川西、大正、愛国

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。



（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。