

給食だより



11月

令和4年11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	
1日(火)	わかめのすのものとりにくのうまに	ごはん				
	しょうがいりぶたじる	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		
	とりにくのうまに		とりにく、こうやとうふ、ちくわ	にんじん、こんにゃく、さやいんげん	小麦	
	わかめのすのもの	ごま	わかめ	きゅうり、にんじん	小麦	
	牛乳		牛乳		乳	
2日(水)	コーンサラダ	コッパン			卵・乳・小麦	
	ハンバーグ ～デミグラスソース～	オニオンスープ		たまねぎ、にんじん、コーン、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	
	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	
4日(金)	イタリアンサラダ	パンネ	ぶたにく	たまねぎ、にんじん	小麦	
	パンネポロネーゼ			キャベツ、きゅうり、コーン		
	牛乳		牛乳		乳	
7日(月)	はくさいのなめたけあえ	ごはん				
	ぶたにくのしょうがやき	だいこんのみそしる	とうふ、あぶらあげ	だいこん、ながねぎ		
	ぶたにくのしょうがやき		ごま	ぶたにく	えだまめ	小麦
	はくさいのなめたけあえ				はくさい、にんじん、えのきだけ	小麦
	牛乳		牛乳		乳	
8日(火)	ごぼうのいりに	ごはん				
	しらたまじる	しらたまもち	ぶたにく、あぶらあげ	たまねぎ、にんじん、ながねぎ	小麦	
	やきつくね		とりにく	たまねぎ、れんこん、ながねぎ、にんじん	小麦	
	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	
9日(水)	コールスローサラダ	かぼちゃパン	かぼちゃパン		卵・乳・小麦	
	メンチカツ	オビリースープ		ベーコン	はくさい、たまねぎ、えだまめ、にんじん	小麦
	メンチカツ		ぶたにく、とりにく	キャベツ、たまねぎ	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	
10日(木)	マヨきんぴら	ごはん				
	オビリー	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		
	あつやきたまご	オビリーあつやきたまご		たまご	卵・小麦	
	マヨきんぴら		ごま	とりにく	ごぼう、にんじん	小麦
	牛乳		牛乳		乳	
11日(金)	ちゅうかふうかいそうサラダ	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	小麦
	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	小麦
	牛乳		牛乳		乳	
14日(月)	はくさいのごまあえ	ごはん				
	わふうホッケフライ	いもだんごじる	じゃがいも	あぶらあげ	ごぼう、にんじん、ながねぎ	小麦
	わふうホッケフライ			ほっけ		小麦
	はくさいのごまあえ		ごま		はくさい、こまつな	小麦
	牛乳		牛乳		乳	
15日(火)	もやしのおひたし	とりどん	ごはん	とりにく		小麦
	みそしる			とうふ、あぶらあげ	だいこん、たまごだけ、ながねぎ	
	もやしのおひたし			かつおぶし	にんじん、もやし	小麦
	牛乳		牛乳		乳	
16日(水)	オニオンドレッシングサラダ	コッパン	コッパン		卵・乳・小麦	
	ポークチャップ	ジュリエンスープ		ベーコン	はくさい、たまねぎ、にんじん、パセリ	小麦
	ポークチャップ		ぶたにく	たまねぎ、えだまめ		
	オニオンドレッシングサラダ		とりにく	キャベツ、にんじん、きゅうり	小麦	
	牛乳		牛乳		乳	

17日(木)		カレーライス	ごはん、じゃがいも	ぶたにく	たまねぎ、にんじん	小麦
		フルーツカクテル			パイ	
		牛乳		牛乳		乳
18日(金)		かしわうどん	うどん	とりにく	たまねぎ、にんじん、なめこ、ながねぎ	小麦
		しょうゆだれポテトもち	じゃがいも			小麦
		牛乳		牛乳		乳
21日(月)		ごはん	ごはん			
		ベーコンとわかめのちゅうかスープ		わかめ、ベーコン	しいたけ、ながねぎ	小麦
		チンジャオロース		ぶたにく	ピーマン、たまねぎ、にんじん、たけのこ	小麦
		ナムル			もやし、にんじん、きゅうり	小麦
22日(火)		ごはん	ごはん			
		とりだんごじる		とりにく	たまねぎ、にんじん、しいたけ、ながねぎ	小麦
		しろみさかなフライ		ホキ		小麦
		だいずのいそに		とりにく、だいず、ひじき	にんじん、こんにゃく	小麦
24日(木)		ごはん	ごはん			
		とうふのみそしる		とうふ、あぶらあげ	ながねぎ	
		ちくぜんに		とりにく	にんじん、だいこん、しいたけ、こんにゃく	小麦
		キャベツのうめあえ			キャベツ、えだまめ、うめぼし	乳
25日(金)		しょうゆラーメン	ラーメン	ぶたにく	メンマ、もやし、ながねぎ	小麦
		くりコロッケ	じゃがいも、くり、さつまいも			小麦
		牛乳		牛乳		乳
28日(月)		わかめごはん	ごはん	わかめ		
		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	
		さばのみそに		さば		
		きゅうりこんぶ		こんぶ	キャベツ、きゅうり	小麦
29日(火)		ごはん	ごはん			
		なめこのみそしる		とうふ、あぶらあげ	だいこん、なめこ、ながねぎ	
		ココロチキンのおろしに		とりにく	だいこん	小麦
		ごまごぶあえ	ごま	こんぶ	キャベツ、えだまめ、にんじん	小麦
30日(水)		とうきびアマム	とうきびアマム	とうきびアマムは卵や乳を使用していないパンになります！	コーン	小麦
		リーキのオハウ			リーキ、たまねぎ、にんじん	小麦
		とちやさいのオベリベリにこみ	じゃがいも、ながいも	きゅうりにく、だいず、てぼうまめ、きんときまめ	たまねぎ、にんじん、ごぼう、えだまめ	小麦
		ダイコンラタシケ			だいこん、きゅうり、コーン、にんじん	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**

11月の 平均値	エネルギー	634 kcal
	たんぱく質	27.4 g
	脂質	26.4 g

～11月に使用する十勝産・北海道産食材の紹介～

- | | | | |
|---|--|--|---|
| <p><野菜></p> <ul style="list-style-type: none"> ・長葱 府県 ・大根 帯広 (斎藤さん) ・キャベツ 帯広 (泉さん)、道内、府県 ・きゅうり 府県 ・にんにく 十勝、道内 ・小松菜 道内、府県 ・じゃが芋 帯広 (井上さん) ・リーキ 幕別 (小笠原さん) ・白菜 十勝、道内 ・ごぼう 帯広 (和田さん) ・セロリ 道内、府県 | <p><野菜></p> <ul style="list-style-type: none"> ・玉葱 帯広 (中村さん) ・人参 帯広 (泉さん)、府県 ・枝豆 十勝 ・にんにく 十勝 ・ピーマン 府県 ・小豆 帯広 ・大豆 十勝 ・もやし 十勝 ・コーン 十勝 | <p><豆腐類></p> <ul style="list-style-type: none"> ☆豆腐 十勝 ・油揚げ 十勝 <p><肉類></p> <ul style="list-style-type: none"> ☆牛肉 (豊西牛) 帯広 ☆豚肉 十勝 ☆鶏肉 十勝、道内 ・ベーコン 道内 <p>(十勝産・道産以外になることもあります)</p> | <p><調味料・その他></p> <ul style="list-style-type: none"> ☆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。
 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。

【Bコース】
 帯広、西、柏、明星、緑丘、東、豊成、
 栄、花園、啓北、川西、大正、愛国

