

■今月の目標
バランスよく
食べよう

給食だより



12月

令和4年12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(木)	中華風 海藻サラダ タンメン	ラーメン	豚肉	キャベツ、もやし、人参、長葱、きくらげ	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
2日(金)	ダイコン マリネ 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
	ダイコンマリネ			大根、きゅうり、コーン、人参	小麦
	牛乳		牛乳		乳
5日(月)	コールスロ サラダ 鶏じゃが	ブランパン			卵・乳・小麦
	コンソメスープ	コンソメスープ	ベーコン	白菜、しめじ	小麦
	鶏じゃが	じゃが芋	鶏肉	玉葱、人参、トマト	小麦
	コールスロサラダ			キャベツ、人参、きゅうり	小麦
	牛乳		牛乳		乳
6日(火)	ごまじゃこ サラダ さばのみそ煮	ご飯			
	生姜入り豚汁	じゃが芋	豚肉、豆腐	人参、大根、ごぼう、長葱	
	さばのみそ煮		さば		
	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
7日(水)	フルーツ 杏仁 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
	フルーツ杏仁	杏仁豆腐	豆乳	もも、パイナップル	
	牛乳		牛乳		乳
8日(木)	オニオン ドレッシング サラダ えびのクリーム パンネ	パンネ	えび、ベーコン、牛乳	玉葱、人参、しめじ、さやいんげん	乳・えび・小麦
	オニオンドレッシングサラダ		鶏肉	キャベツ、人参、きゅうり	小麦
	牛乳		牛乳		乳
9日(金)	おいしさ MAXきんぴら ごぼう たら磯辺 フライ	ご飯			
	地元を感じるあったかみそ汁		わかめ、豆腐	大根、人参、長葱	
	たら磯辺フライ		たら、青のり		小麦
	おいしさMAXきんぴらごぼう	ごま		ごぼう、人参、れんこん、こんにゃく、さやいんげん	小麦
	牛乳		牛乳		乳
12日(月)	キャベツと ベーコンの ソテー 白身魚 フライ	ミルクパン			卵・乳・小麦
	コーンスープ	ミルクパン		玉葱、コーン、パセリ	小麦
	白身魚フライ		ホキ		小麦
	キャベツとベーコンのソテー		ベーコン	キャベツ、にんじん	小麦
	牛乳		牛乳		乳
13日(火)	三色の こだわりうめえ～ おひたし 甘じょっぱ とかちキンソテー	ご飯			
	十勝ONLY ONE白玉	白玉もち	豚肉、油揚げ	玉葱、人参	小麦
	甘じょっぱとかちキンソテー		鶏肉		小麦
	三色のこだわりうめえ～おひたし		かつお節	ほうれん草、もやし、人参	小麦
牛乳		牛乳		乳	
14日(水)	大豆の 磯煮 メンチカツ	鮭昆布ご飯	ご飯、ごま		えび
	大根のみそ汁		油揚げ	大根、えのき草、長葱	
	メンチカツ		豚肉、鶏肉	キャベツ、玉葱	小麦
	大豆の磯煮		ちくわ、大豆、ひじき	枝豆、人参、こんにゃく	小麦
	牛乳		牛乳		乳

15日(木)	冬至 ぜんざい うどん 五目 うどん	五目うどん 冬至ぜんざい 牛乳	冬至にかぼちゃを食べると元気に冬を過ごせるといわれていますよ！	うどん 白玉もち 牛乳	鶏肉、油揚げ 小豆 牛乳	なめこ、玉葱、人参、長葱 かぼちゃ	小麦 乳
16日(金)	ごま 昆布和え 肉みそ おでん 豆腐の すまし汁	ご飯 豆腐のすまし汁 肉みそおでん ごま昆布和え 牛乳	「ツリーハンバーグ」は大空学園義務教育学校9年生が考えた献立です！ ★9年生からメッセージ★ クリスマスメニューを楽しんでください！	ご飯 ごま 牛乳	豆腐、わかめ ちくわ、豚肉、うずら卵、がんもどき 牛乳	椎茸 大根、こんにゃく キャベツ、枝豆、人参	小麦 卵・小麦 小麦 乳
19日(月)	じゃが芋の ココロサラダ ツリー ハンバーグ デミグラスソース オビリーリーキ ポトフ	バターパン オビリーリーキポトフ ツリーハンバーグ～デミグラスソース～ じゃが芋のココロサラダ 牛乳		バターパン ウインナー 鶏肉、豚肉 じゃが芋 牛乳		玉葱、大根、人参、リーキ 玉葱 きゅうり、コーン	卵・乳・小麦 小麦 小麦 小麦 乳
20日(火)	大根 ナムル 羽ばたけ ユーリンチー 十勝 シャンタン スープ	ご飯 十勝シャンタンスープ 羽ばたけユーリンチー 大根ナムル 牛乳	大空学園義務教育学校9年生が考えた献立です！ ★9年生からメッセージ★ 学校にくるのが楽しみになる献立を考えました。残さず食べて下さいね！	ご飯 わかめ 鶏肉 牛乳		えのき茸、長葱 長葱 大根、人参、きゅうり	小麦 小麦 小麦 乳
21日(水)	イタリアン サラダ クリスマス ピラフ オニオン スープ	クリスマスピラフ オニオンスープ イタリアンサラダ 牛乳		ご飯 ウインナー ベーコン 牛乳		人参、コーン、さやいんげん 玉葱、人参、パセリ キャベツ、きゅうり、枝豆	小麦 小麦 乳
22日(木)	コーン サラダ クリスマス チョコケーキ トマトソース パンネ	トマトソースパンネ コーンサラダ クリスマスチョコケーキ 牛乳	今日はクリスマスメニューです！デザートにクリスマスケーキがつかますよ☆	パンネ 米粉、ココア 牛乳	鶏肉 豆乳 牛乳	玉葱、人参、トマト コーン、キャベツ、人参、きゅうり	小麦 小麦 乳
23日(金)	イタリアン サラダ クリスマス ピラフ オニオン スープ	クリスマスピラフ オニオンスープ イタリアンサラダ 牛乳	23日は大空学園のみの給食です。	ご飯 ウインナー ベーコン 牛乳		人参、コーン、さやいんげん 玉葱、人参、パセリ キャベツ、きゅうり、枝豆	小麦 小麦 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、☺マークがつかます。
- *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。

12月の 平均値	エネルギー	800 kcal
	たんぱく質	30.6 g
	脂質	27.5 g

～12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"> ・大根 ・ごぼう ・じゃが芋 ・さやいんげん ・玉葱 ・人参 ・リーキ ・小豆 ・枝豆 ・大豆 ☆もやし ☆コーン | <p>帯広 (斎藤さん)</p> <p>帯広 (和田さん)、十勝</p> <p>道内</p> <p>十勝</p> <p>帯広 (中村さん)</p> <p>帯広 (泉さん)、一部府県産</p> <p>幕別 (小笠原さん)</p> <p>帯広</p> <p>帯広</p> <p>帯広</p> <p>十勝</p> <p>十勝</p> | <p><豆腐類></p> <ul style="list-style-type: none"> ☆豆腐 ・油揚げ <p>十勝</p> <p>十勝</p> <p><肉類></p> <ul style="list-style-type: none"> ☆豚肉 ☆鶏肉 ・ベーコン <p>十勝</p> <p>十勝、道内</p> <p>道内</p> | <p><調味料・その他></p> <ul style="list-style-type: none"> ☆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) <p>十勝</p> <p>十勝</p> <p>十勝</p> <p>十勝</p> <p>道内</p> <p>帯広</p> <p>帯広</p> <p>帯広</p> |
|--|---|---|--|
- (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。

募集

学校給食センターで働いてみませんか？

職種：令和4年度帯広市会計年度任用職員（学校給食調理員）

勤務形態：①隔日勤務 ②午前勤務 ③午後勤務

勤務時間：①8:15～16:30（基本1日おきの勤務、休憩時間あり）
②8:15～12:15 ③13:00～16:45

給料：日給①6,931円～8,381円 ②3,824円～4,624円
③3,585円～4,335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 ①3日 ②③7日）

業務内容：学校給食調理業務、調理器機等洗浄作業、その他

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。

