

■今月の目標

みんなで
楽しく食べよう

2月

給食だより



令和5年2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 (水)		ご飯	ご飯			
		鬼除け汁	じゃが芋	豚肉、大豆	人参、大根、ごぼう	
		いわしの梅煮		いわし	梅干し	小麦
		おひたし		かつお節	白菜、もやし	小麦
		牛乳	牛乳		乳	
2日 (木)		トマトソースペンネ	ペンネ	鶏肉	玉葱、人参、トマト	小麦
		フルーツカクテル	ゼリー、ナタデココ		パイン	
				牛乳		乳
		牛乳				
3日 (金)		ご飯	ご飯			
		けんちん汁		鶏肉、油揚げ、豆腐	大根、人参、椎茸、長葱	小麦
		メンチカツ		豚肉、鶏肉	キャベツ、玉葱	小麦
		れんこんとこんにゃくの炒り煮		さつま揚げ	れんこん、こんにゃく、さやいんげん	小麦
		牛乳	牛乳		乳	
6日 (月)		ミルクパン	ミルクパン			
		キャベツとハムのスープ		ハム	キャベツ、人参、パセリ	小麦
		トンテキ		豚肉	玉葱	
		じゃが芋のコロコロサラダ	じゃが芋		きゅうり、コーン	小麦
		牛乳	牛乳		乳	
7日 (火)		ご飯	ご飯			
		かぼちゃ団子汁		油揚げ	かぼちゃ、ごぼう、長葱	小麦
		和風きんぴら包み焼き	ごま	鶏肉、豆腐	玉葱、人参、ごぼう	
		白和え	ごま	豆腐	ほうれん草、人参、枝豆	小麦
		牛乳	牛乳		乳	
8日 (水)		ご飯	ご飯			
		みそ汁		豆腐	大根、たもぎ茸	
		豚肉とえのき茸のしぐれ煮		豚肉	えのき茸、人参、玉葱、こんにゃく	小麦
		白菜のごま和え	ごま		白菜、小松菜	小麦
		牛乳	牛乳		乳	
9日 (木)		しょうゆラーメン	ラーメン	豚肉	メンマ、もやし、人参、長葱	小麦
		厚揚げの香味ねぎ炒め		厚揚げ	人参、長葱	小麦
				牛乳		乳
		牛乳				
10日 (金)		ライス	ご飯			
		オビリースープカレー	じゃが芋	鶏肉、うすら卵	ズッキーニ、パプリカ、なす、玉葱、トマト、人参	卵・小麦
		ハートのコロケ	じゃが芋	豚肉、鶏肉	玉葱	小麦
		ぶどうゼリー	ゼリー		ぶどう	
		牛乳	牛乳		乳	
13日 (月)		よこぎりブランパンズパン	よこぎりブランパンズパン			
		ウィンナースープ		ウィンナー	人参、玉葱	小麦
		ハンバーグ~手作りソース~		豚肉、鶏肉	玉葱	
		キャベツとコーンのソテー			キャベツ、人参、コーン	小麦
		牛乳	牛乳		乳	
14日 (火)		ハッシュドポーク	ご飯	豚肉	玉葱、人参、トマト	小麦
		ヨーグルト		ヨーグルト		乳
				牛乳		乳
		牛乳				
15日 (水)		ご飯	ご飯			
		豆腐としめじのすまし汁		豆腐、わかめ	しめじ、人参	小麦
		豚肉といんげんの甘辛炒め		豚肉	玉葱、さやいんげん	小麦
		キャベツの梅和え			キャベツ、枝豆、梅干し	
		牛乳	牛乳		乳	

●節分メニュー●
今年の節分の日
は2月3日(金)です。

オビリースープの日
です。

16日(木)	焼きつくね カレーうどん うどん	カレーうどん 焼きつくね 牛乳	うどん	豚肉、油揚げ 鶏肉 牛乳	玉葱、人参、たもぎ茸 玉葱、れんこん、長葱、人参	小麦 小麦 乳
17日(金)	わかめの酢の物 スタミナ丼 厚揚げのみそ汁	スタミナ丼 厚揚げのみそ汁 わかめの酢の物 牛乳	ご飯 ごま	豚肉 厚揚げ わかめ 牛乳	玉葱、人参、にら 大根、長葱 きゅうり、人参	小麦 小麦 乳
20日(月)	マセドアンサラダ 野菜コロッケ バターパン コンソメスープ	バターパン コンソメスープ マセドアンサラダ 牛乳	バターパン	ベーコン じゃが芋 じゃが芋 牛乳	玉葱、人参 人参、コーン 人参、きゅうり、コーン	卵・乳・小麦 小麦 小麦 乳
21日(火)	ごま昆布和え 肉じゃが ご飯 わかめのみそ汁	ご飯 わかめのみそ汁 肉じゃが ごま昆布和え 牛乳	ご飯 じゃが芋 ごま	わかめ、豆腐、油揚げ 豚肉 昆布 牛乳	長葱 キャベツ、枝豆、人参	小麦 小麦 乳
22日(水)	スーパーウルトラアルティメット和風マカロニサラダ 今が食べ頃さばのみそ煮 何にでも合うぞ白ご飯 渾身の豚汁	何にでも合うぞ白ご飯 渾身の豚汁 今が食べ頃さばのみそ煮 スーパーウルトラアルティメット和風マカロニサラダ 牛乳	ご飯 じゃが芋 マカロニ	豚肉、豆腐 さば 牛乳	玉葱、人参、大根、ごぼう 人参、枝豆	小麦 乳
24日(金)	チャプチェ 春巻 ご飯 野菜の中華スープ	ご飯 野菜の中華スープ 春巻 チャプチェ 牛乳	ご飯 春雨	豚肉 豚肉 牛乳	白菜、人参、椎茸 玉葱、人参、椎茸 人参、玉葱、筍	小麦 えび・小麦 乳
27日(月)	コールスローサラダ パوکのバジル風味 クリームパン ミネストローネ	クリームパン ミネストローネ パوکのバジル風味 コールスローサラダ 牛乳	クリームパン じゃが芋	ベーコン 豚肉 牛乳	玉葱、人参、トマト バジル キャベツ、人参、きゅうり	卵・乳・小麦 小麦 小麦 乳
28日(火)	はるさら おいしい〜いチキンカツ みんな大好きわかめご飯 じゃがじる	みんな大好きわかめご飯 じゃがじる おいしい〜いチキンカツ はるさら 牛乳	ご飯 じゃが芋 春雨	わかめ 豆腐、油揚げ 鶏肉 牛乳	玉葱 キャベツ、人参、きゅうり	小麦 小麦 小麦 乳

栄小学校6年2組の児童が考えた献立です！
みなさんへのメッセージ
給食を食べて元気もりもり！ほくたちが考えたメニューで健康な体作りを、目指しましょう。



栄小学校6年1組の児童が考えた献立です！
みなさんへのメッセージ
みんなの栄養を考えて作ってるので残さず食べてください。とても体によく美味しいです。



- *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。

2月の 平均値	エネルギー	818 kcal
	たんぱく質	32.3 g
	脂質	23.4 g

～2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"> ・玉葱 帯広 (中村さん) ・人参 帯広、府県 ・ごぼう 帯広 (和田さん) ・じゃが芋 帯広 (井上さん) ・にんにく 十勝、道内 ☆コーン 十勝 ☆もやし 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"> ☆豚肉 十勝 ☆鶏肉 十勝、道内 ・ベーコン、ハム 道内 | <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 | <ul style="list-style-type: none"> ・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 |
|--|---|---|---|
- (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。

お知らせ 「帯広市学校給食カレンダー」の公開がはじまりました♪

帯広市内の小学校・中学校の給食献立やレシピなど学校給食に関する情報を、スマートフォンでご確認いただけるようになりました。

右の二次元コードを読み取ることで簡単にご覧いただくことができます。ぜひご活用ください♪(ブックマークまたはホーム画面に追加していただくと便利です)

※ 食物アレルギーの情報は提供していません

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。

