

給食だより



令和5年3月
小学校A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) | ごはん | 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 | 小麦 |
| | さばのみそに | | さば | | |
| | 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 |
| 2日(木) | チョコチップパン | チョコチップパン | | | 卵・乳・小麦 |
| | アルファベットスープ | じゃがいも、マカロニ | ベーコン | たまねぎ、にんじん、コーン | 小麦 |
| | ココロチキンのレモンペッパーやき | | とりにく | | |
| | イタリアンサラダ | | | キャベツ、きゅうり、えだまめ | |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | 乳 |
| 3日(金) | えだまめごもくごはん | ごはん | とりにく | ごぼう、にんじん、えだまめ | 小麦 |
| | とうふのみそしる | | とうふ、あぶらあげ | ながねぎ | |
| | とうふハンバーグ | 稲田小学校6年生が家庭科の勉強で特産物の大豆を使った献立を一生懸命考えました！ | とりにく、とうふ、おから | たまねぎ、にんじん | |
| | まめまめサラダ | ごま | だいず | えだまめ、キャベツ | 小麦 |
| | さんしょくはなゼリー | ゼリー | とうにゅう | もも、りんご | 乳 |
| 3月3日はひな祭りです。ももの花をイメージしたゼリーです☆ | | | | | |
| 6日(月) | ごはん | ごはん | | | |
| | 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 | |
| | にくじゃが | じゃがいも | ぶたにく | | 小麦 |
| | キャベツのうめあえ | | | キャベツ、えだまめ、うめぼし | |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | 乳 |
| 嗜好調査第1位 | | | | | |
| 7日(火) | だいずいりミートソースパンネ | パンネ | ぶたにく、だいず | たまねぎ、にんじん | 小麦 |
| | 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 |
| | みかんババロア | | とうにゅう | みかん | |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | 乳 |
| | | | | | |
| 8日(水) | ごはん | ごはん | | | |
| | しょうゆワンタンスープ | ワンタン | ぶたにく | メンマ、もやし、チンゲンサイ | 小麦 |
| | あますだれにくだんご | | とりにく、ぶたにく | たまねぎ | 小麦 |
| | パンパンジーサラダ | ごま | とりにく | きゅうり、にんじん、だいこん | 小麦 |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | 乳 |
| 1人2コです♪ | | | | | |
| 9日(木) | きなこあげパン | コッペパン | きなこ | | 小麦 |
| | ポトフ | じゃがいも | ウインナー | たまねぎ、にんじん、さやいんげん、パセリ | 小麦 |
| | とりにくとまめのトマトに | | とりにく、だいず、てぼうまめ、きんときまめ | たまねぎ、にんじん、えだまめ、マッシュルーム、トマト | 小麦 |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | 乳 |
| | 乳・卵不使用のコッペパンを使っています。 第5位 | | | | |
| 10日(金) | ごはん | 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 | |
| | さんまのかばやき | | さんま | | 小麦 |
| | きりぼしだいこんのもの | | あぶらあげ、さつまあげ | だいこん、にんじん | 小麦 |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | 乳 |
| 13日(月) | カレーライス | 嗜好調査第2位 ごはん、じゃがいも | ぶたにく | たまねぎ、にんじん | 小麦 |
| | フルーツしらたま | 嗜好調査第3位 しらたまもち、ゼリー | | みかん、もも、パイン | |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | 乳 |

| | | | | | | |
|--------|--------------------------------------|---|---|---|---|----------------------------------|
| 14日(火) | あんぱん、いちごソース、しおラーメン | しおラーメン あんぱん、いちごソース 牛乳 | ラーメン あんぱん、いちごソース | ぶたにく とうにゅう 牛乳 | メンマ、もやし、にんじん、ながねぎ いちご | 小麦 乳 |
| 15日(水) | れんこん、こんにゃくのいり、からあげ、わかめごはん、さわにわん | わかめごはん さわにわん からあげ (1人2コです) れんこん、こんにゃくのいり 牛乳 | ごはん わかめ くきわかめ、いとこまぼこ とりにく | わかめ くきわかめ、いとこまぼこ とりにく ぶたにく、さつまあげ 牛乳 | だいこん、にんじん、たけのこ、えのきだけ れんこん、こんにゃく、さやいんげん | 小麦 小麦 小麦 乳 |
| 16日(木) | ダイコンマリネ、ハンバーグ~デミグラスソース、ミルクパン、オビリースープ | ミルクパン オビリースープ ハンバーグ~デミグラスソース ダイコンマリネ コーヒー牛乳 (コーヒー牛乳のパックにストローがついています。) | ミルクパン オビリースープ ハンバーグ~デミグラスソース ダイコンマリネ コーヒー牛乳 | ベーコン とりにく、ぶたにく コーヒー牛乳 | はくさい、たまねぎ、えだまめ、にんじん たまねぎ だいこん、コーン、にんじん | 卵・乳・小麦 小麦 小麦 乳 |
| 17日(金) | ケチャップ、プリン、オムライス、ジュリエンスープ | オムライス (チキンピラフ・オムライスようたまごやき・ケチャップ) ジュリエンスープ プリン (乳、卵不使用のプリンです。) 牛乳 | ごはん ジュリエンスープ プリン 牛乳 | とりにく、たまご ベーコン とうにゅう 牛乳 | たまねぎ、コーン、にんじん、さやいんげん キャベツ、たまねぎ、にんじん、パセリ | 卵・小麦 小麦 乳 |
| 20日(月) | どんたし、りんご、さんしょくきんぴら、かきあげどん、ごもくじる | かきあげどん~どんたし~ ごもくじる さんしょくきんぴら りんご 牛乳 | ごはん ごもくじる ごま りんご 牛乳 | とりにく、あぶらあげ ごま 牛乳 | たまねぎ、にんじん、ごぼう、しゅんぎく なめこ、たまねぎ、にんじん、ながねぎ こんにゃく、にんじん、えだまめ りんご | 小麦 小麦 小麦 乳 |
| 22日(水) | わふうマカロニサラダ、カラフルぶたどん、なめこのみそしる | カラフルぶたどん なめこのみそしる わふうマカロニサラダ 牛乳 | ごはん なめこのみそしる マカロニ 牛乳 | ぶたにく とうふ、あぶらあげ 牛乳 | たまねぎ、にんじん、さやいんげん、コーン だいこん、なめこ、ながねぎ にんじん、えだまめ | 小麦 小麦 乳 |
| 23日(木) | おいわいクレープ、カラフルソテー、エビカツ、バターパン、ビーフシチュー | バターパン ビーフシチュー エビカツ カラフルソテー おいわいクレープ (卒業・進級おめでとうございます) 牛乳 | バターパン じゃがいも エビカツ カラフルソテー おいわいクレープ 牛乳 | ぎゅうにく えび、すけそうだら ハム とりにゅう 牛乳 | たまねぎ、にんじん、マッシュルーム たまねぎ コーン、にんじん、えだまめ いちご | 卵・乳・小麦 小麦 えび・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。 | 3月の 平均値 | エネルギー | 674 kcal |
| | | たんぱく質 | 28.3 g |
| | | 脂質 | 21.1 g |

~3月に使用する十勝産・北海道産食材の紹介~

| | | |
|--|---|--|
| <野菜> ・玉葱 道内 (中村さん) ・ごぼう 帯広 (和田さん) ・にんにく 十勝 一部府県産 ・キャベツ 道内 一部府県産 ・大豆 帯広 ・もやし 十勝 ・枝豆 十勝 ・コーン 十勝 ・じゃがいも 幕別 (小笠原さん) ・マッシュルーム 帯広 | <豆腐類> ☆豆腐 十勝 ・油揚 十勝 <肉類> ☆豚肉 十勝 ☆鶏肉 十勝、道内 ・ベーコン、ハム 道内 ・牛肉 (豊西牛) 帯広 (十勝産・道産以外になることもあります) | <調味料・その他> ☆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。

【Aコース】

北栄、光南、啓西、稲田、大空、若葉、
 広陽、開西、明和、森の里、つつじが丘、
 清川、広野

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。

