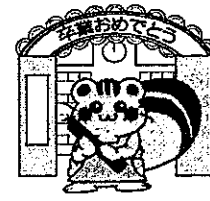


■今月のもくひょう
いちねんかん しょくせいかつ かえ
一年間の食生活をふり返ろう

3月

給食だより



令和5年3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(水)	チョコチップパン	チョコチップパン			卵・乳・小麦
	イタリアンサラダ ココロチキンのレモンペッパーやき	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
	チョコチップパン		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
2日(木)	わかめごはん	ごはん	わかめ		
	さわにわん		くきわかめ、いとかまぼこ	だいこん、にんじん、たけのこ、えのきだけ	小麦
	からあげ	1人2コです♪	とりにく		小麦
	れんこんとこんにゃくのいりに		ぶたにく、さつまあげ	れんこん、こんにゃく、さやいんげん	小麦
	さんしょくはなゼリー	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☆	ゼリー	とうにゅう	もも、りんご
3日(金)	しおラーメン	ラーメン	ぶたにく	メンマ、もやし、にんじん、ながねぎ	小麦
	あんにとろろのいちごソース	あんにとろろ	とうにゅう	いちご	
6日(月)	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
7日(火)	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
	とうろのみそしる		とうろ、あぶらあげ	ながねぎ	
	とうろハンバーグ	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、とうろ、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
	牛乳		牛乳		乳
8日(水)	バターパン	バターパン			卵・乳・小麦
	ビーフシチュー	じゃがいも	ぎゅうにく	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム	小麦
	エビカツ		えび、すけそうだら	たまねぎ	えび・小麦
	カラフルソテー		ハム	コーン、にんじん、えだまめ	小麦
	牛乳		牛乳		乳
9日(木)	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
	バンバンジーサラダ	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
10日(金)	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
	みかんパバロア		とうにゅう	みかん	
	牛乳		牛乳		乳
13日(月)	ごはん	ごはん			
	だいこんのみそしる		とうろ、あぶらあげ	だいこん、ながねぎ	
	にくじゃが	嗜好調査第1位	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

14日(火)	<p>きりぼしだいこんのもの さんまのかばやき</p> <p>ごはん しょうがいきりぼし</p>	<p>ごはん</p> <p>しょうがいきりぼし</p> <p>さんまのかばやき</p> <p>きりぼしだいこんのもの</p> <p>牛乳</p>	<p>ごはん</p> <p>じゃがいも</p> <p>ぶたにく、とうふ</p> <p>さんま</p> <p>あぶらあげ、さつまあげ</p> <p>牛乳</p>	<p>にんじん、だいこん、ごぼう、ながねぎ</p> <p>小麦</p> <p>小麦</p> <p>乳</p>	
15日(水)	<p>ダイコンマリネ ハンバーグ ~デミグラスソース~</p> <p>ミルクパン オビリースープ</p> <p>コーヒー牛乳</p>	<p>ミルクパン</p> <p>オビリースープ</p> <p>ハンバーグ~デミグラスソース~</p> <p>ダイコンマリネ</p> <p>コーヒー牛乳</p> <p>コーヒー牛乳のパックにストローがついています。</p>	<p>ミルクパン</p> <p>ベーコン</p> <p>とりにく、ぶたにく</p> <p>コーヒー牛乳</p>	<p>はくさい、たまねぎ、えだまめ、にんじん</p> <p>たまねぎ</p> <p>だいこん、コーン、にんじん</p> <p>乳</p>	<p>卵・乳・小麦</p> <p>小麦</p> <p>小麦</p> <p>小麦</p> <p>乳</p>
16日(木)	<p>フルーツしらたま</p> <p>カレーライス</p>	<p>カレーライス</p> <p>フルーツしらたま</p> <p>牛乳</p> <p>嗜好調査第2位</p> <p>嗜好調査第3位</p>	<p>ごはん、じゃがいも</p> <p>しらたまもち、ゼリー</p> <p>牛乳</p>	<p>ぶたにく</p> <p>たまねぎ、にんじん</p> <p>みかん、もも、パイナップル</p> <p>牛乳</p>	<p>小麦</p> <p>小麦</p> <p>乳</p>
17日(金)	<p>やさいかきあげ</p> <p>りんご</p> <p>うどん</p> <p>ごもくうどん</p>	<p>ごもくうどん</p> <p>やさいかきあげ</p> <p>りんご</p> <p>牛乳</p>	<p>うどん</p> <p>とりにく、あぶらあげ</p> <p>牛乳</p>	<p>なめこ、たまねぎ、にんじん、ながねぎ</p> <p>たまねぎ、にんじん、ごぼう、しゅんぎく</p> <p>りんご</p>	<p>小麦</p> <p>小麦</p> <p>乳</p>
20日(月)	<p>ケチャップ</p> <p>オムライス</p> <p>ジュリエンスープ</p> <p>プリン</p>	<p>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)</p> <p>ジュリエンスープ</p> <p>プリン</p> <p>牛乳</p> <p>チキンピラフにオムライス用卵焼きをのせて、ケチャップをかけて食べましょう♪ 使い捨て手袋をつけています。卵焼きは手袋を使って配食してください。</p> <p>乳、卵不使用のプリンです。</p>	<p>ごはん</p> <p>ベーコン</p> <p>とうりゅう</p> <p>牛乳</p>	<p>とりにく、たまご</p> <p>キャベツ、たまねぎ、にんじん、パセリ</p> <p>たまねぎ、コーン、にんじん、さやいんげん</p>	<p>卵・小麦</p> <p>小麦</p> <p>乳</p>
22日(水)	<p>とりにくとまめのトマトに</p> <p>きなこあげパン</p> <p>ポトフ</p>	<p>きなこあげパン</p> <p>ポトフ</p> <p>とりにくとまめのトマトに</p> <p>牛乳</p> <p>第5位</p> <p>乳・卵不使用のコッペパンを使っています。</p>	<p>コッペパン</p> <p>じゃがいも</p> <p>とりにく、だいず、てぼうまめ、きんときまめ</p> <p>牛乳</p>	<p>きなこ</p> <p>ウイナー</p> <p>たまねぎ、にんじん、さやいんげん、パセリ</p> <p>たまねぎ、にんじん、えだまめ、マッシュルーム、トマト</p>	<p>小麦</p> <p>小麦</p> <p>小麦</p> <p>乳</p>
23日(木)	<p>おいわいクレープ</p> <p>わふうマカロニサラダ</p> <p>カラフルぶたどん</p> <p>なめこのみそしる</p>	<p>カラフルぶたどん</p> <p>わふうマカロニサラダ</p> <p>おいわいクレープ</p> <p>牛乳</p> <p>卒業・進級おめでとうございます♪</p>	<p>ごはん</p> <p>マカロニ</p> <p>こめこ</p> <p>牛乳</p>	<p>ぶたにく</p> <p>とうふ、あぶらあげ</p> <p>とりにく、だいず、てぼうまめ、きんときまめ</p> <p>とうりゅう</p> <p>牛乳</p>	<p>たまねぎ、にんじん、さやいんげん、コーン</p> <p>だいこん、なめこ、ながねぎ</p> <p>にんじん、えだまめ</p> <p>いちご</p> <p>乳</p>

- *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	664 kcal
	たんぱく質	27.9 g
	脂質	22.0 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。

【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

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。

