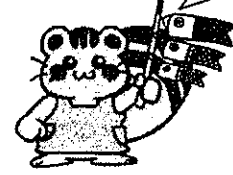


■今月のもくひょう
正しい姿勢で食べよう

給食だより

5月



令和5年5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(月)	豚肉のバーベキューソース炒め ダイコンマリネ 小豆パン シュリエンスープ	小豆パン シュリエンスープ 豚肉のバーベキューソース炒め ダイコンマリネ 牛乳	小豆パン ベーコン 豚肉 牛乳	キャベツ、玉葱、パセリ 玉葱、りんご 大根、きゅうり、コーン、人参	卵・乳・小麦 小麦 小麦 小麦 乳	
2日(火)	鶏ごぼうご飯 ちくわ磯辺揚げ 根菜けんちん汁 柏餅	鶏ごぼうご飯 根菜けんちん汁 ちくわ磯辺揚げ 柏餅 牛乳	ご飯 鶏肉 豆腐 ちくわ、あおさ 小豆 牛乳	ごぼう、人参、枝豆 大根、人参、こんにゃく、長葱	小麦 小麦 小麦 小麦 乳	
8日(月)	コールスローサラダ バジルポークソテー コッペパン チキンクリームスープ	コッペパン チキンクリームスープ バジルポークソテー コールスローサラダ 牛乳	コッペパン じゃが芋 ベーコン、鶏肉、牛乳 豚肉 牛乳	玉葱、人参、しめじ、さやいんげん きゅうり、人参、キャベツ	卵・乳・小麦 乳・小麦 小麦 乳	
9日(火)	金平ごぼう 和風ほっけフライ ご飯 すまし汁	ご飯 すまし汁 和風ほっけフライ 金平ごぼう 牛乳	ご飯 鶏肉 ほっけ ごま 牛乳	大根、長葱、椎茸 ごぼう、人参、こんにゃく、さやいんげん	小麦 小麦 小麦 乳	
10日(水)	ごまドレサラダ コーンピラフ オビリーポトフ	コーンピラフ オビリーポトフ ごまドレサラダ 牛乳	ご飯 じゃが芋 ごま 牛乳	コーン、玉葱 玉葱、枝豆、人参 キャベツ、人参、きゅうり	小麦 小麦 小麦 乳	
11日(木)	中華風海藻サラダ 塩ラーメン	塩ラーメン 中華風海藻サラダ 牛乳	ラーメン 豚肉 昆布 牛乳	メンマ、もやし、人参、長葱 大根、きゅうり	小麦 小麦 乳	
12日(金)	ごま昆布和え 筑前煮 ご飯 じゃが芋のみそ汁	ご飯 じゃが芋のみそ汁 筑前煮 ごま昆布和え 牛乳	ご飯 じゃが芋 ごま 牛乳	長葱 人参、ごぼう、椎茸、こんにゃく キャベツ、枝豆、人参	小麦 小麦 小麦 乳	
15日(月)	鶏肉と豆のトマト煮 十勝産じゃが芋のコロッケ ミルクパン キャベツとハムのスープ	ミルクパン キャベツとハムのスープ 十勝産じゃが芋のコロッケ 鶏肉と豆のトマト煮 牛乳	ミルクパン じゃが芋 牛乳	ハム 牛肉 鶏肉、大豆、金時豆、手亡豆 牛乳	キャベツ、人参、パセリ 玉葱 玉葱、人参、トマト、枝豆	卵・乳・小麦 小麦 卵・乳・小麦 小麦 乳
16日(火)	チャプチェ しゅうまい ご飯 豆腐とチンゲン菜の中華スープ	ご飯 豆腐とチンゲン菜の中華スープ しゅうまい チャプチェ 牛乳	ご飯 しゅうまいの皮 春雨 牛乳	豆腐 鶏肉、豚肉 豚肉 牛乳	チンゲン菜、椎茸 玉葱 人参、玉葱、筍	小麦 小麦 乳
17日(水)	フルーツカクテル カレーライス	カレーライス フルーツカクテル 牛乳	ご飯、じゃが芋 ゼリー、ナタデココ 牛乳	豚肉 玉葱、人参 もも、パイナップル	小麦 乳	
18日(木)	白菜の煮びたし わかめうどん うどん	わかめうどん 白菜の煮びたし 牛乳	うどん、揚げ玉 豚肉、わかめ 油揚げ 牛乳	玉葱、長葱、なめこ 白菜、しめじ、人参	小麦 小麦 乳	
19日(金)	ちくわとれんこんの甘辛炒め あじフライ ご飯 白菜のみそ汁	ご飯 白菜のみそ汁 あじフライ ちくわとれんこんの甘辛炒め 牛乳	ご飯 ごま 牛乳	豆腐 あじ ちくわ 牛乳	白菜、長葱 人参、れんこん	小麦 小麦 乳

5日5日は「こどもの日」です。子どもたちの健康や将来を願う行事です。

今月のオビリースープは、十勝産じゃが芋や人参、枝豆の入ったポトフです。

ひとり2コです。

22日 (月)	アスパラベーコンソテー ハンバーグ 横切り ブランパン コンソメ スープ	横切りブランパンズパン	横切りブランパンズパン			卵・乳・小麦
		コンソメスープ	じゃが芋		玉葱、人参、パセリ	小麦
		ハンバーグ～デミグラスソース～		鶏肉、豚肉	玉葱	小麦
		アスパラベーコンソテー		ベーコン	キャベツ、アスパラ、コーン	小麦
23日 (火)	ごまじゃこ サラダ 鶏つくね ご飯 芋団子汁	ご飯	ご飯			
		芋団子汁	じゃが芋	油揚げ	ごぼう、人参、長葱	小麦
		鶏つくね		鶏肉	玉葱、人参、れんこん、長葱	小麦
		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
24日 (水)	鶏そぼろ丼 なめこのみそ汁 白菜のおかか和え	鶏そぼろ丼	ご飯	鶏肉	椎茸、玉葱、人参、さやいんげん	小麦
		なめこのみそ汁		豆腐	なめこ、長葱	
		白菜のおかか和え		かつお節	白菜、人参	小麦
		牛乳		牛乳		乳
25日 (木)	スペシャル ぎょうざ あんかけ 焼きそば	あんかけ焼きそば	焼きそば麺	豚肉	玉葱、白菜、人参、もやし、筍、きくらげ	小麦
		スペシャルぎょうざ	ぎょうざの皮	豚肉、鶏肉	キャベツ、玉葱	小麦
		牛乳		牛乳		乳
26日 (金)	キャベツの 梅和え 肉じゃが ご飯 大根の みそ汁	ご飯	ご飯			
		大根のみそ汁		豆腐	大根、長葱	
		肉じゃが	じゃが芋	豚肉		小麦
		キャベツの梅和え			キャベツ、枝豆、梅干し	
30日 (火)	和風 マカロニ サラダ さばの みそ煮 ご飯 生薑入り 豚汁	ご飯	ご飯			
		生薑入り豚汁	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		
		和風マカロニサラダ	マカロニ		人参、枝豆	小麦
31日 (水)	わかめの 酢の物 豚肉の 生姜焼き ご飯 たもぎ茸の みそ汁	ご飯	ご飯			
		たもぎ茸のみそ汁		油揚げ	たもぎ茸、長葱	
		豚肉の生姜焼き		豚肉	枝豆	小麦
		わかめの酢の物	ごま	わかめ	きゅうり、人参	小麦
		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、マークがつけます。
- * 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、くるみ、小麦、
そば、卵、乳、落花生
 上記8品目のみ表示しています。

5月の 平均値	エネルギー	811 kcal
	たんぱく質	34.9 g
	脂質	26.2 g

～5月に使用する十勝産・北海道産食材の紹介～

<野菜>

- ・大根 道内、府県
- ・人参 道内、府県
- ・玉葱 道内、府県
- ・ごぼう 帯広 (和田さん)
- ・白菜 道内、府県
- ・チンゲン菜 帯広 (泉さん)、道内
- ・小松菜 道内
- ・にんにく 十勝、道内
- ・アスパラガス 帯広、道内
- ・枝豆 十勝
- ・もやし 十勝
- ☆コーン 十勝

<豆腐類>

- ☆豆腐 十勝
- ・油揚げ 十勝

<肉類>

- ☆豚肉 十勝
- ☆鶏肉 十勝、道内
- ・ベーコン、ハム 道内

(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。

<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

募集

職 種：令和5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①7,308円～8,519円 ②4,032円～4,700円 ③3,780円～4,406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、調理機器等洗浄作業、その他

学校給食センターで
働いてみませんか？



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。

