

■今月のもくひょう
正しい手洗いをしよう

6月

令和5年6月
小学校Bコース

給食だより



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)	<p>とりにくと だいこんの にももの ごはん おさかなと やさいの ステーキ なめこの みそしる</p>	ごはん			
			あぶらあげ	なめこ、ながねぎ	
			たら	にんじん、コーン、えだまめ	
			とりにく	だいこん、にんじん、さやいんげん	小麦
			牛乳		乳
2日(金)	<p>フルーツ しらたま ミートソース パンネ</p>	パンネ	ぶたにく	たまねぎ、にんじん	小麦
		しらたまもち ゼリー		もも、パイン、ナタデココ	
		牛乳	牛乳		乳
6日(火)	<p>パンパンジー サラダ しょうゆだれ にくだんご ごはん もやしの ちゅうかスープ</p>	ごはん			
		もやしのちゅうかスープ	ぶたにく	もやし、ながねぎ	小麦
		しょうゆだれにくだんご	とりにく、ぶたにく	たまねぎ	小麦
		パンパンジーサラダ	とりにく	きゅうり、にんじん、だいこん	小麦
		牛乳	牛乳		乳
7日(水)	<p>ダイコン マリネ いちごジャム コロコロチキンの パジルふうみ スライスパン アルファベット スープ</p>	スライスパン いちごジャム マカロニ じゃがいも			乳・小麦
		アルファベット スープ	ベーコン	たまねぎ、にんじん	小麦
		コロコロチキンのパジルふうみ	とりにく	パジル	
		ダイコンマリネ		だいこん、きゅうり、コーン、にんじん	小麦
		牛乳	牛乳		乳
8日(木)	<p>キャベツの うめあえ かわり にくじゃが ごはん とうふのみそしる</p>	ごはん			
		とうふのみそしる	とうふ、あぶらあげ	ながねぎ	
		かわりにくじゃが	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
9日(金)	<p>あんにとろろの いちごソース ソースやきそば わかめスープ</p>	やきそばめん	ぶたにく	キャベツ、にんじん	小麦
		わかめスープ	わかめ	しいたけ、ながねぎ	小麦
		あんにとろろのいちごソース	とろろ	いちご	
		牛乳	牛乳		乳
12日(月)	<p>ごまこんぶあえ スタミナ どん わかめの みそしる</p>	ごはん			
		わかめのみそしる	あぶらあげ、わかめ	ながねぎ	
		ごまこんぶあえ	ごま	キャベツ、にんじん、えだまめ	小麦
		牛乳	牛乳		乳
13日(火)	<p>はくさいの にびたし いわしの うめに ごはん こんさい けんちんじる</p>	ごはん			
		こんさいけんちんじる	とうふ	だいこん、にんじん、ごぼう、こんにゃく しいたけ、ながねぎ	小麦
		いわしのうめに	いわし	うめぼし	小麦
		はくさいのにびたし	さつまあげ、かつおぶし	はくさい	小麦
		牛乳	牛乳		乳
14日(水)	<p>まめまめサラダ とうふ つつみゆき こくとうパン ポトフ</p>	こくとうパン			卵・乳・小麦
		ポトフ	じゃがいも	ウインナー	小麦
		とうふつつみゆき	とうふ、とりかわ	たまねぎ、にんじん、えだまめ、しいたけ	
		まめまめサラダ	ごま	えだまめ、キャベツ	小麦
		牛乳	牛乳		乳
15日(木)	<p>コーンサラダ カレーライス</p>	カレーライス	ぶたにく	たまねぎ、にんじん	小麦
		コーンサラダ		コーン、キャベツ、にんじん、きゅうり	小麦
		牛乳	牛乳		乳
16日(金)	<p>かぼちゃのいとこに あげたま うどん</p>	うどん、あげたま	とりにく	はくさい、にんじん、しいたけ、ながねぎ	小麦
		かぼちゃのいとこに	あずき	かぼちゃ	
		牛乳	牛乳		乳
19日(月)	<p>きゅうりこんぶ おやこどん たもぎだけの みそしる</p>	ごはん			
		たもぎだけのみそしる	とりにく、たまご	たまねぎ、にんじん、たけのこ、しいたけ	卵・小麦
		きゅうりこんぶ	あぶらあげ	たもぎだけ、ながねぎ	
		牛乳	こんぶ	キャベツ、きゅうり	小麦
			牛乳		乳

20日(火)	マーボー豆腐 ちゅうかはるまき ごはん はるさめスープ	ごはん はるさめスープ ちゅうかはるまき マーボー豆腐 牛乳	ごはん はるさめ はるまきのかわ はるさめ 豆腐、ぶたにく 牛乳	ほうれんそう たまねぎ、にんじん、しいたけ しいたけ、にんじん、たけのこ	小麦 えび・小麦 小麦 乳	
21日(水)	カラフルソテー ハンバーグ よこぎり ブランパンズパン よこぎり ジュリエンスープ	よこぎりブランパンズパン ジュリエンスープ ハンバーグ〜てづくりソース〜 カラフルソテー 牛乳	よこぎり ブランパンズパン ベーコン とりにく、ぶたにく ハム 牛乳	キャベツ、たまねぎ、にんじん、パセリ たまねぎ コーン、にんじん、えだまめ	卵・乳・小麦 小麦 小麦 乳	
22日(木)	どんたし さんしょく きんぴら かきあげどん じゃがいもの みそしる	かきあげどん〜どんたし〜 じゃがいものみそしる さんしょくきんぴら 牛乳	ごはん じゃがいも ごま 牛乳	たまねぎ、にんじん、ごぼう、しゅんぎく たまねぎ こんにゃく、にんじん、えだまめ	小麦 小麦 乳	
23日(金)	きなこポテトもち みそラーメン ラーメン	みそラーメン きなこポテトもち 牛乳	ラーメン じゃがいも 牛乳	ぶたにく きなこ 牛乳	小麦 小麦 乳	
26日(月)	ごまじゃこあえ さばのみそに ごはん しょうがいきり ぶたじる	ごはん しょうがいきりぶたじる さばのみそに ごまじゃこあえ 牛乳	ごはん じゃがいも ごま 牛乳	ぶたにく、とうふ さば しらすぼし 牛乳	にんじん、だいこん、ごぼう、ながねぎ 小麦 乳	
27日(火)	あつあげの すきやきに ごはん さつまいもの みそしる	ごはん さつまいものみそしる コーンしゅうまい あつあげのすきやきに 牛乳	ごはん さつまいも とうふ、すけそうだら ぶたにく、あつあげ 牛乳	たまねぎ、ながねぎ たまねぎ、コーン たまねぎ、にんじん、はくさい こんにゃく、ながねぎ	小麦 小麦 乳	
28日(水)	コーンスロー サラダ バターパン コロコロチキンの レモンペッパーやき	バターパン コーンスープ コロコロチキンのレモンペッパーやき コーンスローサラダ 牛乳	バターパン コロコロチキンのレモンペッパーやき とりにく 牛乳	たまねぎ、コーン、パセリ キャベツ、にんじん、きゅうり	卵・乳・小麦 小麦 小麦 乳	
29日(木)	ツナマヨサラダ とちさん じゃがいもの コロケ ライス オビリースープカレー	ライス オビリースープカレー とちさんじゃがいものコロケ ツナマヨサラダ 牛乳	ごはん じゃがいも じゃがいも 牛乳	とりにく ぎゅうにく ツナ 牛乳	ズッキーニ、パプリカ、なす、たまねぎ にんじん、トマト たまねぎ にんじん、きゅうり、コーン	小麦 卵・乳・小麦 小麦 乳
30日(金)	フルーツカクテル パンネ デミグラスソース	パンネデミグラスソース フルーツカクテル 牛乳	パンネ ゼリー 牛乳	ぶたにく ナタデココ、もも、パイン	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、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。

6月の 平均値	エネルギー	624 kcal
	たんぱく質	27.4 g
	脂質	20.1 g

～6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 府県
- ・ごぼう 帯広(和田さん)、道内、府県
- ・白菜 道内
- ・キャベツ 道内、府県
- ・小松菜 道内
- ・にんにく 十勝、府県
- ・セロリ 道内、府県
- ・枝豆 十勝
- ・小豆、大豆 帯広
- ☆コーン 十勝
- ・きゅうり 道内、府県

<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
- (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。

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→学校給食でご覧になることができます。

【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

