

■今月の目標
3つの食品グループに
について知ろう

給食だより



9月

令和5年9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(金)	ちくわとれんこんの甘辛煮 いわしの生姜煮 ご飯 わかめのみそ汁	ご飯	油揚げ、わかめ いわし	長葱 人参、れんこん	小麦 小麦 乳
4日(月)	ダイコンマリネ からあげ 黒糖パン ビーフシチュー	黒糖パン ビーフシチュー からあげ ダイコンマリネ 牛乳	じゃが芋 牛肉 鶏肉 牛乳	玉葱、人参 大根、きゅうり、コーン、人参	卵・乳・小麦 小麦 小麦 乳
トカプチの恵み～おびひろふるさと給食～					
5日(火)	トカプチの恵み 和風海藻サラダ 帯広牛トンすき焼き丼 たもぎ茸のみそ汁	ご飯 たもぎ茸のみそ汁 和風海藻サラダ 牛乳	ご飯 牛肉、豚肉 油揚げ 昆布 牛乳	白菜、人参、こんにゃく たもぎ茸、長葱 大根、きゅうり	小麦 小麦 乳
6日(水)	白菜の煮びたし さばのみそ煮 ご飯 しょうが入れ豚汁	ご飯 しょうが入れ豚汁 さばのみそ煮 白菜の煮びたし 牛乳	ご飯 じゃが芋 豚肉、豆腐 さば さつま揚げ、かつお節 牛乳	人参、大根、長葱、こんにゃく 白菜	小麦 乳
7日(木)	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 ポテトもち 牛乳	豚肉 きなこ 牛乳	小麦 小麦 乳
8日(金)	味のり 厚揚げのすき焼き煮 ご飯 しいたけのみそ汁	ご飯 しいたけのみそ汁 厚揚げのすき焼き煮 味のり 牛乳	ご飯 油揚げ 豚肉、厚揚げ のり 牛乳	椎茸 玉葱、人参、白菜、長葱、こんにゃく	小麦 えび 乳
11日(月)	イタリアンサラダ キャラメル揚げパン アルファベットスープ	キャラメル揚げパン アルファベットスープ イタリアンサラダ 牛乳	コッペパン、ミルメーク マカロニ、じゃが芋 ベーコン 牛乳	玉葱、人参 キャベツ、きゅうり、コーン	小麦 小麦 乳
12日(火)	ソファール元気くん カラフル豚丼 玉ねぎのみそ汁	カラフル豚丼 玉ねぎのみそ汁 ソファール元気くん 牛乳	ご飯 豚肉 油揚げ ヨーグルト 牛乳	玉葱、人参、枝豆、コーン 玉葱、長葱	小麦 乳 乳
13日(水)	フルーツ白玉 ポークカレーライス	ポークカレーライス フルーツ白玉 牛乳	ご飯、じゃが芋 白玉もち、ゼリー 牛乳	豚肉 玉葱、人参 もも、パイン、ナタデココ	小麦 乳
14日(木)	杏仁豆腐のいちごソース ジャージャー麺	ジャージャー麺 杏仁豆腐のいちごソース 牛乳	焼きそば麺、ごま 杏仁豆腐 牛乳	豚肉、大豆 豆乳 いちご	小麦 乳
15日(金)	キャベツの梅和え 変わり肉じゃが ご飯 豆腐のみそ汁	ご飯 豆腐のみそ汁 変わり肉じゃが キャベツの梅和え 牛乳	ご飯 じゃが芋 豆腐、油揚げ 豚肉 牛乳	長葱 キャベツ、枝豆、梅干し	小麦 乳
19日(火)	どんたくきゅうり昆布 かき揚げ丼 石狩汁	かき揚げ丼～どんたく～ 石狩汁 きゅうり昆布 牛乳	ご飯 じゃが芋 鮭、豆腐 昆布 牛乳	玉葱、人参、ごぼう、春菊 人参、大根、こんにゃく、長葱 きゅうり、キャベツ	小麦 小麦 乳

1人3個です月

トカプチの恵み
～おびひろふるさと給食～
帯広十勝でとれた食
材を使った特別給食
です。
9月は、豊西牛・十
勝めぐみ牧場の帯広
産豚肉を使っていま
す。お楽しみに！

6月にも登場した
皮つきじゃが芋の
肉じゃがです。
どちらが好きかな？

20日(水)	もやしの梅ちり和え かれいの竜田揚げ ご飯 とりだんご汁	ご飯 とりだんご汁 かれいの竜田揚げ もやしの梅ちり和え 牛乳	ご飯 鶏肉、油揚げ かれい ごま しらす 牛乳	椎茸、大根、長葱、人参、玉葱 もやし、ほうれん草、梅干し、しそ	小麦 小麦 乳
21日(木)	かぼちゃのいとこ煮 たぬきうどん うどん	たぬきうどん かぼちゃのいとこ煮 牛乳	うどん、揚げ玉 かぼちゃもち 牛乳	鶏肉 小豆 白菜、人参、椎茸、長葱 かぼちゃ	小麦 乳
22日(金)	ヤンニョムチキン ピビンバ わかめスープ	ピビンバ わかめスープ ヤンニョムチキン 牛乳	ご飯、ごま 豚肉 わかめ 鶏肉 牛乳	人参、筍、もやし、ほうれん草 椎茸、長葱	小麦 小麦 小麦 乳
25日(月)	かぼちゃとさつまいものサラダ ココロチキンのレモンペッパー焼き コッペパン コーンスープ	コッペパン コーンスープ ココロチキンのレモンペッパー焼き かぼちゃとさつまいものサラダ 牛乳	コッペパン 鶏肉 さつまいも 牛乳	玉葱、コーン、パセリ かぼちゃ、玉葱	卵・乳・小麦 小麦 小麦 乳
26日(火)	十五夜ゼリー 枝豆コロッケ 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 枝豆コロッケ 十五夜ゼリー 牛乳	ご飯 じゃが芋 じゃが芋 ゼリー 牛乳	鶏肉、うすら卵 なす、ズッキーニ、パプリカ、人参、トマト、玉葱 枝豆 みかん	卵・小麦 小麦 乳
27日(水)	三色きんぴら 野菜と魚のふっくら焼き ご飯 あげのみそ汁	ご飯 あげのみそ汁 野菜と魚のふっくら焼き 三色きんぴら 牛乳	ご飯 油揚げ じゃが芋 ごま 牛乳	大根、長葱 玉葱、コーン、人参、さやいんげん こんにゃく、人参、枝豆	小麦 乳
28日(木)	コールスローサラダ ミートソースパンネ	ミートソースパンネ コールスローサラダ 牛乳	パンネ 豚肉 牛乳	玉葱、人参 キャベツ、人参、きゅうり	小麦 小麦 乳
29日(金)	なめ茸和え ちくわの磯辺揚げ ご飯 かしわ汁	ご飯 かしわ汁 ちくわの磯辺揚げ なめ茸和え 牛乳	ご飯 鶏肉 ちくわ、青のり 牛乳	人参、なめこ、長葱 もやし、小松菜、えのき茸、人参	小麦 小麦 小麦 乳

緑園中の生徒との交流から登場することになりました。
ひよこメニューです！お楽しみに♪

9月29日は十五夜です。
農産物の収穫に感謝をする日です。

- *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、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。

9月の 平均値	エネルギー	838 kcal
	たんぱく質	35.0 g
	脂質	25.3 g

～9月に使用する十勝産・北海道産食材の紹介～

<野菜>

- ・玉葱 帯広(中村さん)、道内
- ・人参 帯広(泉さん)、十勝
- ・長葱 帯広、十勝
- ・キャベツ 帯広(泉さん)、十勝
- ・白菜 帯広、十勝、道内
- ・じゃが芋 幕別(小笠原さん)
- ・小松菜 道内
- ・小豆 十勝、道内

- ・リーキ 幕別(小笠原さん)
- ・きゅうり 十勝、道内
- ・セロリ 道内
- ・にんにく 道内
- ・大根 帯広(斎藤さん)
- ・枝豆 十勝
- ☆コーン 十勝
- ☆もやし 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

<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

(十勝産・道産以外になることもあります)

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

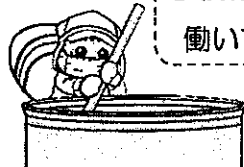
休暇：年次有給休暇(初年度 ①3日 ②③7日)

業務内容：学校給食調理業務、調理器機等洗浄作業、その他

休日：土・日・祝、小中学校の春・夏・冬休み期間(一部勤務日あり)

募集

学校給食センターで
働いてみませんか？



☆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→学校給食でご覧になることができます。