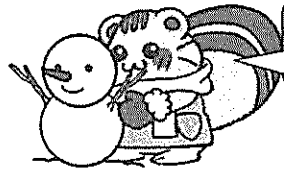


■今月のもくひょう
ふゆをげんきに
のりきろう

給食だより



12月

令和5年12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 (金)	フルーツ しらたま カレーライス	カレーライス	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	フルーツしらたま	しらたまもち ゼリー		もも、パイン、ナタデココ	
	牛乳	牛乳	牛乳			乳
4日 (月)	はくさいの おかがあえ ぶたにくと えのきだけの しぐれに	ごはん	ごはん		ながねぎ	
	ごはん	じゃがいもの みそしる	じゃがいも	とうふ、あぶらあげ	えのきだけ、にんじん、たまねぎ こんにゃく	小麦
	ぶたにくとえのきだけのしぐれに	はくさいのおかがあえ		ぶたにく	はくさい、にんじん	小麦
	ごはん	牛乳		かつおぶし		乳
	牛乳	牛乳		牛乳		
5日 (火)	コーン サラダ だいずミートの おびひろポロネーゼ パンネ	だいずミートのおびひろポロネーゼパンネ	パンネ	だいずミート、ぶたにく	たまねぎ、にんじん	小麦
	コーンサラダ	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	牛乳			乳
6日 (水)	きゅうり こんぶ にくみそ おでん	ごはん	ごはん		ながねぎ	小麦
	ごはん	とうふのすましじる		とうふ、わかめ		
	きゅうりこんぶ	にくみそおでん	きゅうりこんぶ	ちくわ、ぶたにく うずらたまご、がんもどき	ふき、だいこん、こんにゃく	卵・小麦
	牛乳	牛乳	牛乳	こんにゃく	キャベツ、きゅうり	小麦
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		乳
7日 (木)	だいこんとハムの ごまドレサラダ とりじゃが ブランパン ハッピー☆ カラフルスープ	ブランパン	ブランパン			卵・乳・小麦
	ハッピー☆カラフルスープ	ハッピー☆カラフルスープ		ウインナー	キャベツ、コーン、えだまめ、にんじん	小麦
	とりじゃが	とりじゃが	じゃがいも	とりにく	たまねぎ、にんじん、トマト	小麦
	だいこんとハムのごまドレサラダ	だいこんとハムのごまドレサラダ	ごま	ハム	だいこん、きゅうり	小麦
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		乳
8日 (金)	もやしのごまあえ カラフルぶたどん はくさいの みそしる	カラフルぶたどん	ごはん	ぶたにく	たまねぎ、にんじん、えだまめ、コーン	小麦
	もやしのごまあえ	はくさいのみそしる		とうふ、あぶらあげ	はくさい、ながねぎ	
	ごま	もやしのごまあえ	ごま		もやし、にんじん	小麦
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		乳
11日 (月)	マーボーとうふ はるまき しおワントン スープ	ごはん	ごはん			小麦
	しおワントン スープ	しおワントン スープ	ワンタン	ぶたにく	メンマ、もやし	小麦
	はるまき	はるまき	はるまきのかわ はるさめ	ぶたにく	たまねぎ、にんじん、しいたけ	えび・小麦
	マーボーとうふ	マーボーとうふ		とうふ、ぶたにく	しいたけ、にんじん、たけのこ	小麦
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		乳
12日 (火)	あおのり しおポテト みそやさい ラーメン	みそやさいラーメン	ラーメン	ぶたにく	キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん ながねぎ	小麦
	あおのりしおポテト	あおのりしおポテト	じゃがいも	あおのり		
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		乳
13日 (水)	キャベとおうめこと まめたのかんけい さばの カレーに	ごはん	ごはん			
	さつまじる	さつまじる	さつまいも	とりにく、とうふ	にんじん、ながねぎ、こんにゃく	小麦
	さばのカレーに	さばのカレーに		さば		
	キャベとおうめことまめたのかんけい	キャベとおうめことまめたのかんけい			キャベツ、えだまめ、うめぼし	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		乳
14日 (木)	コールスロー サラダ メンチカツ オビリー スープ	ミルクパン	ミルクパン			卵・乳・小麦
	オビリー スープ	オビリー スープ		ベーコン	だいこん、たまねぎ、にんじん、えだまめ	小麦
	メンチカツ	メンチカツ		ぶたにく、とりにく	キャベツ、たまねぎ	小麦
	コールスロー サラダ	コールスロー サラダ			キャベツ、にんじん、きゅうり	小麦
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		乳

15日 (金)		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	
		ぶたにくとはくさいのうまに		ぶたにく	はくさい、たまねぎ、さやいんげん	小麦
		わふうマカロニサラダ	マカロニ		えだまめ、にんじん	小麦
		牛乳		牛乳		乳
18日 (月)		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
		あつあげのすきやき		ぶたにく、あつあげ	たまねぎ、はくさい、こんにゃく ながねぎ	小麦
		牛乳		牛乳		乳
19日 (火)		とりごぼううどん	うどん	とりにく	ごぼう、はくさい、にんじん、ながねぎ	小麦
		とうじぜんざい	かぼちゃもち しらたまもち	あずき		
		牛乳		牛乳		乳
20日 (水)		ごはん	ごはん			
		キャベツのみそしる		とうふ、あぶらあげ	キャベツ、ながねぎ	
		たらあおのりフライ		たら、あおのり		小麦
		きんぴらごぼう	ごま		ごぼう、にんじん、さやいんげん こんにゃく	小麦
21日 (木)		バターパン	バターパン			卵・乳・小麦
		コーンスープ			たまねぎ、コーン、パセリ	小麦
		ツリーハンバーグ～デミグラスソース～		とりにく、ぶたにく	たまねぎ	小麦
		イタリアンサラダ			キャベツ、きゅうり、にんじん	
		牛乳		牛乳		乳
22日 (金)		クリスマスピラフ	ごはん	ウインナー	にんじん、コーン、さやいんげん	小麦
		ジュリエンヌスープ		ベーコン	キャベツ、たまねぎ、パセリ	小麦
		じゃがいものココロサラダ	じゃがいも		きゅうり、にんじん	小麦
		クリスマスこめこのカップケーキ	こめこ	とうにゅう	いちご	
		牛乳		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、くるみ、小麦、そば、
 卵、乳、落花生**
 上記7品目のみ表示しています。

12月の 平均値	エネルギー	677 kcal
	たんぱく質	26.6 g
	脂 質	23.3 g

～12月に使用する十勝産・北海道産食材の紹介～

- | | | |
|---|--|---|
| <野菜>
・玉ねぎ
・人参
・ごぼう
・小豆
・大豆ミート
・枝豆
☆もやし
☆コーン
・じゃがいも
・大根 | <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 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。

【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。

