

# 給食だより



12月

	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)	<p>はるまき しおラーメン</p>	ラーメン	ぶたにく	メンマ、もやし、にんじん、ながねぎ	小麦	
	<p>はるまき</p>	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	
	牛乳		牛乳		乳	
4日 (月)	<p>あつあげの すきやきに わかめ ごはん さわにわん</p>	ごはん	わかめ			
			くきわかめ、いとこまぼこ	だいこん、にんじん、たけのこ えのきたけ	小麦	
			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	
5日 (火)	<p>きんぴら ごぼう たら あおのり フライ ごはん キャベツの みそしる</p>	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	小麦	
		たらあおのりフライ	たら、あおのり		小麦	
		<p>きんぴらごぼう</p>	ごま		ごぼう、にんじん、さやいんげん こんにゃく	小麦 乳
6日 (水)	<p>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</p>	ブランパン	ブランパン		卵・乳・小麦	
		<p>ハッピー☆ カラフルスープ</p>		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	じゃがいも	とりにく	たまねぎ、にんじん、トマト	小麦
		<p>だいこんとハムの ごまドレサラダ</p>	ごま	ハム	だいこん、きゅうり	小麦 乳
7日 (木)	<p>きゅうり こんぶ にくみそ おでん ごはん とうふの すましじる</p>	ごはん				
		とうふのすましじる	とうふ、わかめ	ながねぎ	小麦	
		にくみそおでん	ちくわ、ぶたにく うすらたまご、がんもどき	ふき、だいこん、こんにゃく	卵・小麦	
		<p>きゅうりこんぶ</p>	こんぶ		キャベツ、きゅうり	小麦 乳
8日 (金)	<p>とうじ ぜんざい うどん とりごぼう うどん</p>	とりごぼううどん	うどん			
		<p>とうじぜんざい</p>	かぼちゃもち しらたまもち	あずき		
	牛乳		牛乳		乳	
11日 (月)	<p>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</p>	ごはん	ぶたにく	たまねぎ、にんじん、えだまめ、コーン	小麦	
		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		
		もやしのごまあえ	ごま		もやし、にんじん	小麦
	牛乳		牛乳		乳	
12日 (火)	<p>キャベとおとうめこと まめたのかんけい さばの カレーに ごはん さつまじる</p>	ごはん	ごはん			
		<p>さつまじる</p>	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
		<p>さばのカレーに</p>		さば		小麦
		<p>キャベとおとうめことまめたのかんけい</p>			キャベツ、えだまめ、うめほし	乳
13日 (水)	<p>コールスロー サラダ メンチカツ ミルクパン オビリー スープ</p>	ミルクパン	ミルクパン		卵・乳・小麦	
		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		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			キャベツ、にんじん、きゅうり	小麦 乳
14日 (木)	<p>はくさいの おかかあえ ぶたにくと えのきたけの しぐれに ごはん じゃがいもの みそしる</p>	ごはん	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	ながねぎ	
		ぶたにくとえのきたけのしぐれに		ぶたにく	えのきたけ、にんじん、たまねぎ こんにゃく	小麦
		はくさいのおかかあえ		かつおぶし	はくさい、にんじん	小麦 乳
	牛乳		牛乳		乳	

15日 (金)		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	じゃがいも	あおのり		
		牛乳		牛乳		乳
18日 (月)		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
19日 (火)		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
20日 (水)		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
21日 (木)		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	しらたまもち ゼリー		もも、パイナップル、ナタデココ	
		牛乳		牛乳		乳
22日 (金)		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、キャベツ、にんじん、きゅうり	小麦
		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☺マークが付きまます。
- \* 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	648 kcal
	たんぱく質	25.3 g
	脂 質	21.9 g

## ～12月に使用する十勝産・北海道産食材の紹介～

- |   |   |  |                               |   |  |
|---|---|--|-------------------------------|---|--|
| <b>&lt;野菜&gt;</b><br>・玉ねぎ<br>・人参<br>・ごぼう<br>・小豆<br>・大豆ミート<br>・枝豆<br>☆もやし<br>☆コーン<br>・じゃがいも<br>・大根 | 帯広 (泉さん、中村さん)<br>帯広 (泉さん)<br>帯広 (和田さん)、一部府県産<br>帯広<br>帯広<br>十勝<br>十勝<br>十勝<br>幕別 (小笠原さん)<br>帯広 (斎藤さん) | <b>&lt;豆腐類&gt;</b><br>☆豆腐<br>・油揚<br><b>&lt;肉類&gt;</b><br>☆豚肉<br>☆鶏肉<br>・ベーコン<br>(十勝産・道産以外になることもあります) | 十勝<br>十勝<br>十勝<br>十勝、道内<br>道内 | <b>&lt;調味料・その他&gt;</b><br>☆しょうゆ<br>☆白しょうゆ<br>☆赤みそ<br>☆白みそ<br>☆でん粉<br>・ご飯<br>☆パン (小麦)<br>☆うどん (小麦)<br>☆ラーメン (小麦) | 十勝<br>十勝<br>十勝<br>十勝<br>道内<br>道内<br>帯広<br>帯広<br>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。

