

■今月のもくひょう
食事のマナーを知ろう

給食だより

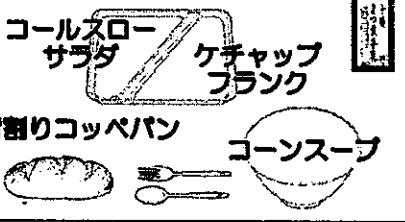
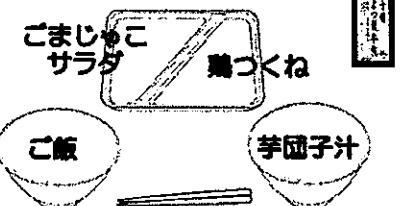
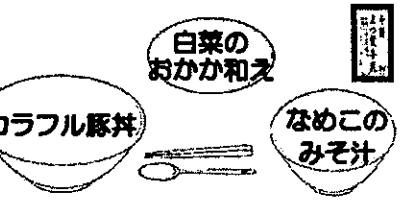
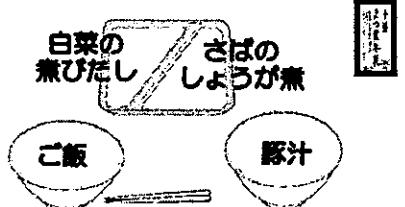
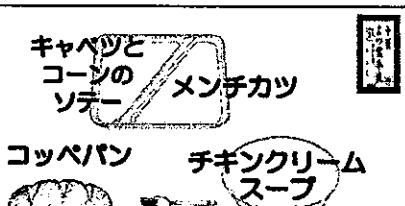
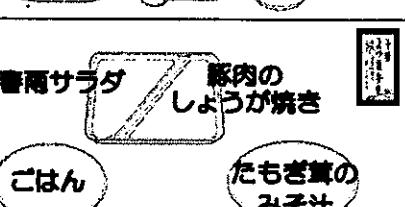
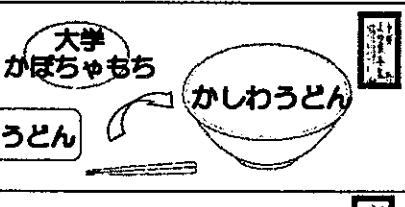


5月

令和6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 (水)	ご飯 きんぴらごぼう たらの青のりフライ 白菜のみぞ汁	ご飯			
	白菜のみぞ汁		油揚げ	白菜、長葱	
	たらの青のりフライ		たら、青のり		小麦
	きんぴらごぼう	ごま		ごぼう、人参、こんにゃく、さやいんげん	小麦
	牛乳		牛乳		乳
2日 (木)	うどん もやしのごま和え とりごぼううどん	うどん	鶏肉	ごぼう、白菜、人参、長葱	小麦
	もやしのごま和え	ごま		もやし、人参	小麦
	牛乳		牛乳		乳
7日 (火)	ご飯 チャブチエ しゅうまい 豆腐と ちんげん菜の 中華スープ	ご飯			
	豆腐とちんげん菜の中華スープ		豆腐	ちんげん菜、えのき茸、長葱	小麦
	しゅうまい ひとり3コです♪	しゅうまいの皮	鶏肉、豚肉	玉葱	小麦
	チャブチエ	春雨	豚肉	人参、玉葱、筍	小麦
	牛乳		牛乳		乳
8日 (水)	ご飯 わかめの中華サラダ 豆腐のみぞ汁	ご飯	豚肉	玉葱、人参、にら	小麦
	豆腐のみぞ汁		豆腐、油揚げ	長葱	
	わかめの中華サラダ		わかめ、ツナ	きゅうり、大根、人参	小麦
	牛乳		牛乳		乳
9日 (木)	ラーメン あげぎょうざ みそ野菜ラーメン	ラーメン	豚肉、わかめ	キャベツ、玉葱、もやし、人参、長葱	小麦
	あげぎょうざ ひとり3コです♪	ぎょうざの皮	鶏肉、豚肉	キャベツ、玉葱、にら	小麦
	牛乳		牛乳		乳
10日 (金)	フルーツカクテル カレーライス	ご飯、じゃが芋	豚肉	玉葱、人参	小麦
	フルーツカクテル	ゼリー		桃、パイン、ナタデココ	
	牛乳		牛乳		乳
13日 (月)	バターパン ダイコーンマリネ コロコロチキンのバーベキューソース炒め バターパン ジュリエンヌスープ	バターパン			卵・乳・小麦
	ジュリエンヌスープ		ベーコン	キャベツ、玉葱、パセリ	小麦
	コロコロチキンのバーベキューソース炒め		鶏肉	玉葱、りんご	小麦
	ダイコーンマリネ			大根、きゅうり、コーン、人参	小麦
	牛乳		牛乳		乳
14日 (火)	ご飯 ごま昆布和え 筑前煮 じゃが芋のみぞ汁	ご飯			
	じゃが芋のみぞ汁	じゃが芋	油揚げ	玉葱	
	筑前煮		鶏肉	人参、ごぼう、こんにゃく	小麦
	ごま昆布和え	ごま	昆布	キャベツ、枝豆	小麦
	牛乳		牛乳		乳
15日 (水)	いよかんゼリー わかめご飯 イカ和風フライ みそちゃんこ鍋 わかれご飯	ご飯	わかめ		
	みそちゃんこ鍋 お相撲さん直伝の レシピです!!		豚肉、鶏肉(鶏団子)、 厚揚げ	こんにゃく、白菜、大根、玉葱、人参	小麦
	イカ和風フライ		イカ		小麦
	いよかんゼリー	ゼリー		いよかん	
	牛乳		牛乳		乳
16日 (木)	じゃが芋のコロコロサラダ 釜揚げスパゲティのトマトソース 牛乳	スパゲティ	鶏肉	玉葱、人参、トマト	小麦
	じゃが芋のコロコロサラダ	じゃが芋		きゅうり、コーン	小麦
	釜揚げスパゲティのトマトソース		牛乳		乳
	牛乳				
17日 (金)	ご飯 キャベツの梅和え 肉じゃが 大根のみぞ汁	ご飯			
	大根のみぞ汁		油揚げ	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	
	牛乳		牛乳		乳

20 日 (月)		背割りコッペパン	背割りコッペパン			卵・乳・小麦
		コーンスープ			玉葱、コーン、パセリ	小麦
		ケチャップフランク	ケチャップフランク	フランクフルト		
		コールスローサラダ			キャベツ、人参、きゅうり	小麦
		牛乳		牛乳		乳
21 日 (火)		ご飯	ご飯			
		芋団子汁	芋団子	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
		ごまじやこサラダ	ごま	しらす干し	小松菜、キャベツ	小麦
		牛乳		牛乳		乳
22 日 (水)		カラフル豚丼	ご飯	豚肉	玉葱、人参、枝豆、コーン	小麦
		なめこのみぞ汁		油揚げ、豆腐	大根、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
		もやし黒醤油ラーメン	ラーメン	豚肉	もやし、玉葱、人参、長葱	小麦
23 日 (木)		きゅうりとキャベツの中華和え			きゅうり、キャベツ	小麦
		牛乳		牛乳		乳
		ご飯	ご飯			
24 日 (金)		豚汁	じゃが芋	豚肉、豆腐	人参、大根、ごぼう、長葱	
		さばのしょうが煮		さば		小麦
		白菜の煮びたし		さつま揚げ、かつお節	白菜	小麦
		牛乳		牛乳		乳
		ご飯	ご飯			
27 日 (月)		コッペパン	コッペパン			卵・乳・小麦
		チキンクリームスープ		鶏肉、牛乳	さやいんげん、玉葱、人参、しめじ	乳・小麦
		メンチカツ		豚肉、鶏肉	キャベツ、玉葱	小麦
		キャベツとコーンのソテー		ワインナー	キャベツ、人参、コーン	小麦
		牛乳		牛乳		乳
28 日 (火)		ご飯	ご飯			
		たもぎ草のみぞ汁		油揚げ	たもぎ草、白菜、長葱	
		豚肉のしょうが焼き		豚肉	玉葱	小麦
		春雨サラダ	春雨		ちやし、きゅうり、人参	小麦
		牛乳		牛乳		乳
29 日 (水)		チキンカレーライス	ご飯、じゃが芋	鶏肉	玉葱、人参	小麦
		イタリアンサラダ			キャベツ、きゅうり、コーン	
		牛乳		牛乳		乳
30 日 (木)		かしわうどん	うどん	鶏肉	人参、なめこ、白菜、長葱	小麦
		大学かぼちゃもち	かぼちゃ、じゃが芋			小麦
		牛乳		牛乳		乳
31 日 (金)		チャーハン	ご飯	豚肉	さやいんげん、コーン、人参	小麦
		ハムとわかめの中華スープ		ハム、わかめ	椎茸、大根、長葱	小麦
		甘酢肉団子		鶏肉、豚肉	玉葱	
		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重要な財源です。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	834 kcal
	たんぱく質	31.6 g
	脂 質	25.8 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）
道内
- ・白菜 府県
- ・きゅうり 府県
- ・にら 道内、府県
- ・チングン菜
- ・じゃが芋
- ・小松菜
- ・枝豆
- ・もやし
- ・☆コーン
- ・☆枝豆

＜調味料・その他＞

- ☆しょうゆ
- ☆白しょうゆ
- ☆赤みそ
- ☆白みそ
- 十勝
- 十勝
- 十勝
- 十勝
- ☆でん粉
- ・ご飯
- ☆パン（小麦）
- ☆うどん（小麦）
- ☆ラーメン（小麦）

＜豆腐類＞

- ☆豆腐

＜肉類＞

- ☆豚肉
- ・油揚
- ☆鶏肉
- ・ベーコン、ハム

（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。

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。

