

給食だより

11月



令和6年11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)	 きりぼし だいこんの にも からあげ ごはん みそ いもだんご じる 1人2コです☆	ごはん いもだんご	とりにく あぶらあげ、さつまあげ 牛乳	ごぼう、にんじん、ながねぎ きりぼしだいこん、にんじん	小麦 小麦 乳
5日 (火)	 コールスロー サラダ チキンクリーム パンネ 牛乳	パンネ	とりにく、ベーコン、牛乳 牛乳	たまねぎ、にんじん、しめじ、 さやいんげん キャベツ、にんじん、きゅうり	乳・小麦 小麦 乳
6日 (水)	 マーボー どうふ ごはん はるまき もやしの ちゅうか スープ 牛乳	ごはん はるまきのかわ、 はるさめ	いとかまぼこ ぶたにく どうふ、ぶたにく 牛乳	もやし、だいこん、メンマ たまねぎ、にんじん しいたけ、にんじん、たけのこ	小麦 えび・小麦 小麦 乳
7日 (木)	 もとマクロでした サラダ コロコロコミック レモンチキンペッパー かんぜんむけつ のチョコチップパン おうごんの コーンスープ 牛乳 大空学園9年生が 考えた献立です！ 栄養バランスを考 えて、献立名も工 夫しています。	チョコチップパン	とりにく ツナ 牛乳	たまねぎ、コーン、パセリ にんじん、きゅうり、コーン	卵・乳・小麦 小麦 小麦 乳
8日 (金)	 はるさめ サラダ ちゅうか ちらし わかめ スープ 牛乳 久しぶりの登場！ 中華ちらしは、帯広の ご当地メニューです！	ごはん はるさめ	たまご、ぶたにく、えび わかめ 牛乳	はくさい、もやし、にんじん、きくらげ、 たまねぎ たまねぎ キャベツ、にんじん、きゅうり	卵・えび・ 小麦 小麦 小麦 乳
11日 (月)	 はくさいの おかがあえ ごはん やきつくね かしわじる 牛乳	ごはん	とりにく とりにく かつおぶし 牛乳	にんじん、なめこ、ながねぎ たまねぎ、にんじん、れんこん、ながねぎ はくさい、にんじん	小麦 小麦 小麦 乳
12日 (火)	 きなこ ポテトもち たんたんめん 牛乳 食缶の麺をほくして 分けてくださいね！	ラーメン、ごま いもだんご	ぶたにく きなこ 牛乳	にんじん、もやし、ニラ	小麦 乳
13日 (水)	 さんしょく きんぴら わかめ ごはん ほっけ しょうがじょうゆ やき ぶたじる 牛乳 生姜が香る焼き魚です☆	ごはん じゃがいも ごま	わかめ ぶたにく、とうふ ほっけ 牛乳	にんじん、だいこん、ごぼう、ながねぎ ごんにゃく、にんじん、えだまめ	小麦 小麦 小麦 乳
14日 (木)	 まめまめ サラダ いかフライ リーキの オビリー スープ ブランパン 牛乳 幕別の小笠原さんの リーキを使っています！	ブランパン じゃがいも ごま	ベーコン いか 牛乳	たまねぎ、リーキ、にんじん えだまめ、キャベツ	卵・乳・小麦 小麦 小麦 小麦 乳
15日 (金)	 きゅうりこんぶ ぶたにくの しょうがやき ごはん たまぎたけの みそしる 牛乳	ごはん	あぶらあげ ぶたにく こんぶ 牛乳	たまぎたけ、はくさい、ながねぎ たまねぎ、えだまめ キャベツ、きゅうり	小麦 小麦 乳
18日 (月)	 ちゅうかふう かいそうサラダ ごはん ホイコーロー とうふの ちゅうか スープ 牛乳	ごはん	とうふ ぶたにく こんぶ 牛乳	にんじん、たけのこ、しいたけ キャベツ、たまねぎ、にんじん だいこん、きゅうり	小麦 小麦 小麦 乳

19日(火)	イタリアンサラダ かまあげスパゲティトマトソース	スパゲティ	とりにく	たまねぎ、にんじん、トマト	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
20日(水)	いっぱいたべろよな! チンピラごぼろ まぜごはん ぐだくさんみそしる	ごはん ごま	ぶたにく とうふ、あぶらあげ アジ	コーン、にんじん、だけのこ、しいたけ だいこん、ニラ ごぼろ、にんじん、こんにゃく、さやいんげん	小麦 小麦 小麦 乳
	まぜごはん ぐだくさんみそしる				
21日(木)	わなしゼリー ダイコンラタシケ とかポテスイートアム	とかポテスイートアム ゼリー	じゃがいも、ながいも ぎゅうにく、だいず、きんときまめ、てぼうまめ 今年は“帯広牛”!	たまねぎ、にんじん、ごぼろ、えだまめ だいこん、きゅうり、コーン、にんじん	小麦 小麦 小麦 乳
	とかちやさいのオベリベリにこみ ダイコンラタシケ わなしゼリー 牛乳				
22日(金)	もやしのごまあえ さんまうまかに ごはん けんちんじる	ごはん ごま	とうふ さんま	だいこん、にんじん、ごぼろ、こんにゃく、ながねぎ もやし、にんじん	小麦 小麦 小麦 乳
	ごはん けんちんじる				
25日(月)	キャベツのうめあえ にくじゃが ごはん だいこんのみそしる	ごはん じゃがいも	とうふ、あぶらあげ ぶたにく	だいこん、ながねぎ キャベツ、えだまめ、うめぼし	小麦 乳
	ごはん だいこんのみそしる				
26日(火)	ごまこぶあえ わかめうどん	うどん、あげたま ごま	ぶたにく、わかめ こんぶ	たまねぎ、にんじん、ながねぎ キャベツ、えだまめ、にんじん	小麦 小麦 乳
	ごまこぶあえ わかめうどん				
27日(水)	フルーツカクテル カレーライス	ごはん、じゃがいも ゼリー	ぶたにく	たまねぎ、にんじん もも、パイン、ナタデココ	小麦 乳
	フルーツカクテル カレーライス				
28日(木)	とりにくとまめのトマトに キャラメルあげパン キャベツのポトフ	コッペパン、ミルメーク じゃがいも	ウインナー とりにく、だいず、きんときまめ、てぼうまめ	キャベツ、コーン、パセリ たまねぎ、にんじん、えだまめ、トマト	小麦 小麦 小麦 乳
	とりにくとまめのトマトに キャラメルあげパン キャベツのポトフ				
29日(金)	ひじきマヨサラダ とりにくのうまに ごはん すましじる	ごはん ふ	とりにく、こうやとうふ、ちくわ ひじき	だいこん、ながねぎ、しいたけ にんじん、こんにゃく、さやいんげん キャベツ、にんじん、コーン	小麦 小麦 小麦 乳
	ごはん すましじる				

- * 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。

11月の 平均値	エネルギー	632 kcal
	たんばく質	27.4 g
	脂 質	21.6 g

～11月に使用する十勝産・北海道産食材の紹介～

<野菜>

・玉葱	帯広 (泉さん・中村さん)
・人参	帯広 (泉さん)・浦幌・十勝
・大根	帯広 (斎藤さん)
・ごぼろ	帯広 (和田さん)
・じゃがいも	幕別 (小笠原さん)・十勝
・長葱	道内
・白菜	道内
・キャベツ	道内
・にんにく	十勝
・きゅうり	道内
・にら	道内
・セロリ	道内
・大豆	帯広
	・さやいんげん 十勝
	・金時豆・手亡豆 十勝
	☆枝豆 十勝
	☆コーン 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
・牛肉	帯広
・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)	

☆マークが付いている食材は年間を通して十勝産です。

<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

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。



【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