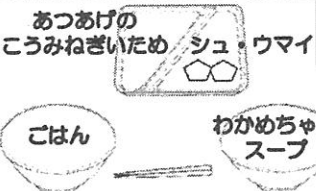
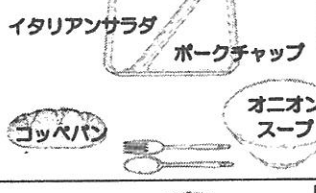
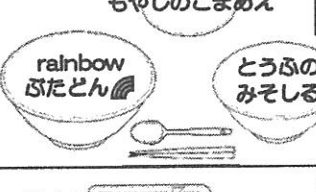
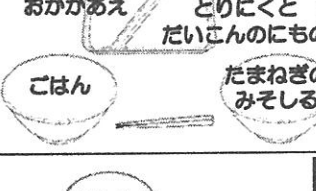
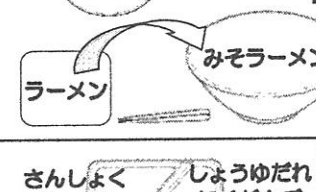
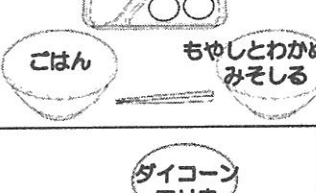
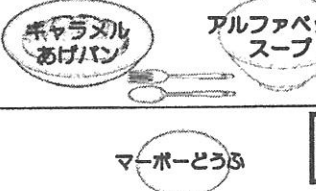
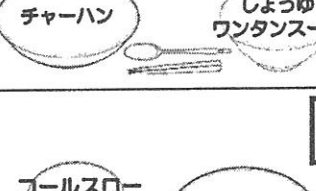
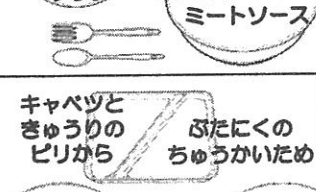
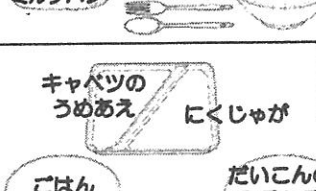
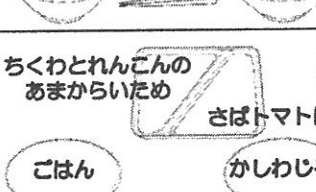
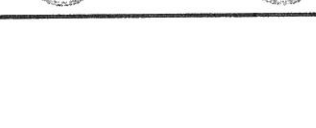


給食だより

10月

令和7年10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 (水)	 あつあげの こうみねぎいため シュ・ウマイ ごはん わかめちゃん スープ	ごはん わかめちゃんスープ シュ・ウマイ あつあげのこうみねぎいため 牛乳 帯広第二中の2年生が 考えたメニューです！ シュ・ウマイは ひとり2こです♪	ごはん わかめ しゅうまいのかわ とりにく、ぶたにく あつあげ 牛乳	もやし、ながねぎ たまねぎ にんじん、ながねぎ	小麦 小麦 小麦 乳
2 日 (木)	 イタリアンサラダ ポークチャップ ごはん オニオン スープ	コッペパン オニオンスープ ポークチャップ イタリアンサラダ 牛乳	コッペパン ぶたにく 牛乳	たまねぎ、にんじん、パセリ たまねぎ、えだまめ キャベツ、きゅうり、コーン	卵・乳・小麦 小麦 乳
3 日 (金)	 もやしのごまあえ rainbow ぶたどん とうふの みそしる	rainbowぶたどん とうふのみそしる もやしのごまあえ 牛乳 帯広第二中の2年生が 考えたメニューです♪	ごはん ぶたにく とうふ、あぶらあげ ごま 牛乳	たまねぎ、にんじん、えだまめ、コーン ながねぎ もやし、にんじん	小麦 小麦 乳
6 日 (月)	 はくさいの おかかあえ とりにくと だいこんのもの たまねぎの みそしる ごはん	ごはん たまねぎのみそしる とりにくとだいこんのもの はくさいのおかかあえ 牛乳	ごはん あぶらあげ とりにく かつおぶし 牛乳	たまねぎ、ながねぎ だいこん、にんじん、さやいんげん はくさい、にんじん	小麦 小麦 乳
7 日 (火)	 はるまき ラーメン みそラーメン	みそラーメン はるまき 牛乳	ラーメン はるまきのかわ、 はるさめ 牛乳	ぶたにく ぶたにく メンマ、キャベツ、もやし、ながねぎ たまねぎ、にんじん、しいたけ	小麦 えび・小麦 乳
8 日 (水)	 さんしょく きんぴら しょうゆだれ にくだんご もやしとわかめの みそしる ごはん	ごはん もやしとわかめのみそしる しょうゆだれにくだんご さんしょくきんぴら 牛乳 ひとり2こです♪	ごはん わかめ、あぶらあげ とりにく、ぶたにく ごま 牛乳	もやし、ながねぎ たまねぎ こんにゃく、にんじん、えだまめ	小麦 小麦 乳
9 日 (木)	 ダイコン マリネ キャラメル あげパン アルファベット スープ	キャラメルあげパン アルファベットスープ ダイコンマリネ 牛乳	コッペパン、 ミルク じゃがいも、 マカロニ ベーコン 牛乳	たまねぎ、にんじん だいこん、きゅうり、コーン、にんじん	小麦 小麦 小麦 乳
10 日 (金)	 チャーハン しょうゆ ワンタンスープ マーボー豆腐	チャーハン しょうゆワンタンスープ マーボー豆腐 牛乳	ごはん ワンタン ぶたにく とうふ、ぶたにく 牛乳	コーン、にんじん、さやいんげん メンマ、もやし、ながねぎ しいたけ、にんじん、たけのこ	小麦 小麦 小麦 乳
14 日 (火)	 コールスロー サラダ かまあげスパゲティ ミートソース	かまあげスパゲティミートソース コールスローサラダ 牛乳	スパゲティ ぶたにく、だいず 牛乳	たまねぎ、にんじん キャベツ、にんじん、きゅうり	小麦 小麦 乳
15 日 (水)	 キャベツと きゅうりの ピリから ぶたにくの ちゅうかいため はるさめスープ ごはん	ごはん はるさめスープ ぶたにくのちゅうかいため キャベツときゅうりのピリから 牛乳	ごはん はるさめ ぶたにく ぶたにく 牛乳	たけのこ もやし、にんじん、たまねぎ キャベツ、きゅうり	小麦 小麦 小麦 乳
16 日 (木)	 ひじきマヨサラダ コロコロ てりやきチキン ミルクパン こんさいの コンソメスープ	ミルクパン こんさいのコンソメスープ コロコロてりやきチキン ひじきマヨサラダ 牛乳	ミルクパン ベーコン とりにく ひじき 牛乳	だいこん、たまねぎ、ごぼう、にんじん、 ながねぎ キャベツ、にんじん、コーン	卵・乳・小麦 小麦 小麦 小麦 乳
17 日 (金)	 キャベツの うめあえ にくじゃが だいこんの みそしる ごはん	ごはん だいこんのみそしる にくじゃが キャベツのうめあえ 牛乳	ごはん じゃがいも ぶたにく 牛乳	だいこん、ながねぎ キャベツ、えだまめ、うめぼし	小麦 乳
20 日 (月)	 ちくわとれんこんの あまからいため さばトマトに かしわじる ごはん	ごはん かしわじる さばトマトに ちくわとれんこんのあまからいため 牛乳	ごはん とりにく さば ごま 牛乳	にんじん、なめこ、ながねぎ トマト にんじん、れんこん	小麦 小麦 乳

21日 (火)	 	しゃんはいふうしおやきそば もやしのちゅうかスープ カツオカツ 牛乳	やきそばめん ぶたにく ぶたにく かつお 牛乳	あかピーマン、たけのこ、さやいんげん もやし、ながねぎ たまねぎ	小麦 小麦 小麦 乳
22日 (水)	 	キムタクごはん とうふとわかめのすましじる わふうだいこんサラダ 牛乳	ごはん、ごま とうふ、わかめ かつおぶし 牛乳	だいこん、はくさい、たまねぎ、にんじん しいたけ、ながねぎ だいこん、にんじん、きゅうり	小麦 小麦 小麦 乳
23日 (木)	 	コッペパン オビリースープ コロッケ ツナマヨサラダ 牛乳	コッペパン ベーコン じゃがいも とり ツナ 牛乳	はくさい、たまねぎ、えだまめ、にんじん 小麦 小麦 にんじん、きゅうり、コーン 小麦 乳	卵・乳・小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 乳
24日 (金)	 	トカブチの恵み～おびひろふるさと給食～ かわにしスペシャルカレー フルーツカクテル 牛乳	ごはん、じゃがいも ゼリー 牛乳	たまねぎ、にんじん、マンゴー、パイン、バナナ もも、パイン、ナタデココ	小麦 小麦 乳
27日 (月)	 	ごはん じゃがいものみそしる ぶたにくとえのきだけのしぐれに ごまこぶあえ 牛乳	ごはん じゃがいも あぶらあげ ぶたにく ごま こんぶ 牛乳	ながねぎ えのきだけ、にんじん、たまねぎ、こんにゃく キャベツ、えだまめ、にんじん	小麦 小麦 小麦 乳
28日 (火)	 	わかめうどん ちくわのいそべあげ 牛乳	うどん、あげたま ぶたにく、わかめ ちくわ、あおさ 牛乳	ながねぎ、なめこ、にんじん	小麦 小麦 乳
29日 (水)	 	ごはん とうふのちゅうかスープ ホイコーロー だいこんナムル 牛乳	ごはん とうふ ぶたにく 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、にんじん、きゅうり	小麦 小麦 小麦 乳
30日 (木)	 	ふわふわブランパン ジャック・オー・ランタンポタージュ ハロウィンハンバーグ〜デミグラスソース〜 ゴマドレやさい ハロウィンデザート 牛乳	ブランパン かまぼこ、牛乳 とり、ぶたにく ごま とうにゅう 牛乳	たまねぎ、コーン、かぼちゃ、パセリ かぼちゃ、たまねぎ キャベツ、にんじん、きゅうり かぼちゃ	卵・乳・小麦 乳・小麦 小麦 小麦 乳
31日 (金)	 	わかめごはん ぶたじる かぼちゃひきにくフライ 牛乳	ごはん じゃがいも ぶたにく、とうふ ぶたにく 牛乳	ながねぎ にんじん、だいこん、ごぼう、ながねぎ かぼちゃ、たまねぎ	小麦 小麦 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。

10月の 平均値	エネルギー	653 kcal
	たんぱく質	27.1 g
	脂 質	21.2 g

～10月に使用する十勝産・北海道産食材の紹介～

＜野菜＞

・人参 帯広(泉さん)、道内
 ・キャベツ 帯広(泉さん)、道内
 ・玉葱 帯広(中村さん、
 かわにし青年部)
 ・ごぼう 帯広(和田さん)、道内
 ・白菜 十勝、道内
 ・セロリ 道内、府県産
 ・きゅうり 道内、府県産
 ・じゃが芋 帯広(かわにし青年部)

・にんにく 道内、府県
 ・長葱 帯広(中村さん)
 ・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、道内
 ☆鶏肉 十勝、道内
 ・ベーコン、ハム 道内
 ・豊西牛 帯広

(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。

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