

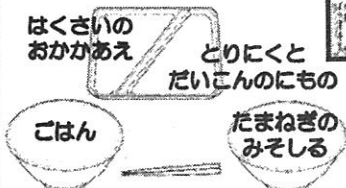
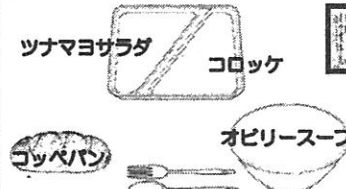
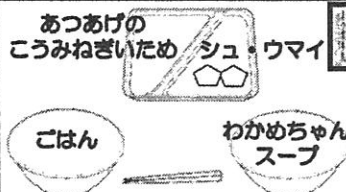
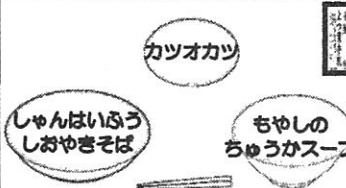
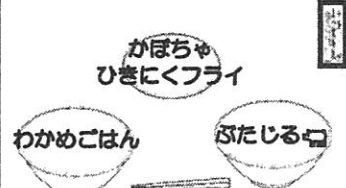
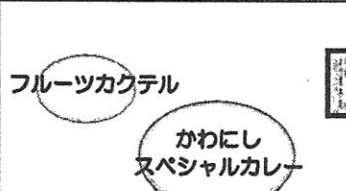
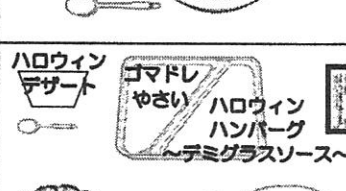
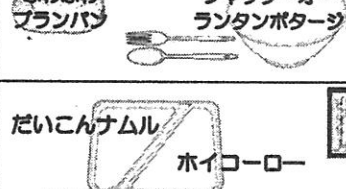
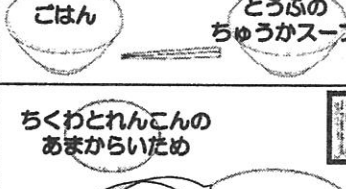
給食だより

10月

令和7年10月
小学校B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)	イタリアンサラダ ポークチャップ コッペパン オニオン スープ	コッペパン		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
2 日 (木)	もやしのごまあえ rainbow ぶたどん とうふの みそしる もやしのごまあえ 牛乳	rainbowぶたどん ごま 牛乳	ぶたにく とうふ、あぶらあげ 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
3 日 (金)	ちくわのいそべあげ うどん わかめうどん	うどん、あげたま 牛乳	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
6 日 (月)	ごまごあえ ぶたにくと えのきだけのしぐれに ごはん じゃがいもの みそしる	ごはん じゃがいも ごま 牛乳	あぶらあげ ぶたにく 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 乳
7 日 (火)	チャーハン しょうゆ ワンタンスープ チャーハン しょうゆ ワンタンスープ	ごはん ワンタン 牛乳	ぶたにく 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
8 日 (水)	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	コッペパン、 ミルク じゃがいも、 マカロニ 牛乳	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
9 日 (木)	キャベツと きゅうりの ピリから ごはん ぶたにくの ちゅうかいため はるさめスープ	ごはん はるさめ 牛乳	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
10 日 (金)	はるまき ラーメン みそラーメン	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 牛乳	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
14 日 (火)	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 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 あぶらあげ 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 小麦 乳
15 日 (水)	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
16 日 (木)	さんしょく きんぴら しょうゆだれ にくだんご ごはん もやしとわかめの みそしる	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	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 小麦 乳
17 日 (金)	コールスロー サラダ かまあげスパゲティ ミートソース	スパゲティ コールスローサラダ 牛乳	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
20 日 (月)	わふう だいこんサラダ キムタクごはん とうふとわかめの すましじる	ごはん、ごま 牛乳	ぶたにく 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

21日(火)	 はくさいのおかかあえ とりにくと だいこんのにも ごはん たまねぎのみそしる	ごはん たまねぎのみそしる とりにくとだいこんのにも 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
22日(水)	 ツナマヨサラダ コロッケ コッペパン オビリースープ	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 ツナ 牛乳	はくさい、たまねぎ、えだまめ、にんじん とりにく にんじん、きゅうり、コーン	卵・乳・小麦 小麦 小麦 小麦 乳
23日(木)	 あつあげの こうみねぎいため ごはん シュ・ウマイ 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	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
24日(金)	 カツオカツ しゃんはいふう しおやきそば もやしの ちゅうかスープ	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
27日(月)	 かぼちゃ ひきにくフライ わかめごはん ぶたじる	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 わかめ じゃがいも ぶたにく、とうふ ぶたにく 牛乳	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 乳
28日(火)	 フルーツカクテル かわにし スペシャルカレー	トカプチの恵み〜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	ぎゅうにく たまねぎ、にんじん、マンゴー、パイナップル もも、パイナップル、ナタデココ	小麦 乳
29日(水)	 ハロウィン デザート ゴマドレ やさい ハロウィン ハンバーグ 〜デミグラスソース〜 ふわふわ ブランパン ジャック・オー・ ランタンポタージュ	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 とりにく、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
30日(木)	 だいこんナムル ホイコーロー ごはん とうふの ちゅうかスープ	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
31日(金)	 ちくわとれんこんの あまからいため うどん かしわうどん	かしわうどん ちくわとれんこんのあまからいため 牛乳	うどん ごま 牛乳	とりにく ちくわ にんじん、なめこ、ながねぎ にんじん、れんこん	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。
 * 給食費は食料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	645 kcal
	たんぱく質	26.9 g
	脂 質	20.8 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	・にんにく	道内、府県
・キャベツ	帯広(泉さん)、道内	・長葱	帯広(中村さん)
・玉葱	帯広(中村さん、 かわにし青年部)	・大根	帯広(斎藤さん)
・ごぼう	帯広(和田さん)、道内	☆枝豆	十勝
・白菜	十勝、道内	☆コーン	十勝
・セロリ	道内、府県産	・もやし	十勝
・きゅうり	道内、府県産		
・じゃが芋	帯広(かわにし青年部)		

＜豆腐類＞

☆豆腐	十勝
・油揚げ	十勝

＜肉類＞

☆豚肉	十勝
☆鶏肉	十勝、道内
・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)

＜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。



【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