

■今月の目標  
朝ごはんを  
食べよう

# 給食だより



令和2年9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(火)		梅ちりご飯	ご飯、ごま	いわし	梅干、しそ	
		大根のみそ汁		豆腐、油揚げ	大根、長葱	
		大豆のいそ煮		鶏肉、大豆、ひじき	人参、こんにゃく	小麦
		白菜のおかか和え		かつお	白菜、人参	小麦
		牛乳		牛乳		乳
2日(水)		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、 ナタデココ		パイン	
		牛乳		牛乳		乳
3日(木)		わかめうどん	うどん、揚げ玉	豚肉、わかめ	長葱、なめこ、人参	小麦
		ほうれん草のおひたし		かつお	ほうれん草、もやし	小麦
		牛乳		牛乳		乳
4日(金)		ご飯	ご飯			
		わかめスープ	ごま	わかめ	長葱、椎茸	小麦
		ひとくちタラの甘酢あんかけ		たら	玉葱、人参、ピーマン	小麦
		チャプチェ	春雨	豚肉	人参、玉葱	
		牛乳		牛乳		乳
7日(月)		ブランパン	ブランパン			乳、卵、小麦
		アルファベットスープ	マカロニ、 じゃが芋	ベーコン	玉葱、人参	小麦
		白身魚フライ～ソース～		ホキ		小麦
		キャベツとコーンのソテー		ウインナー	キャベツ、人参、コーン	小麦
		牛乳		牛乳		乳
8日(火)		ご飯	ご飯			
		ちゃんこ汁		鶏肉、豆腐	こんにゃく、玉葱、しめじ、人参、長葱	えび、小麦
		豚肉とえのき茸のしぐれ煮		豚肉	えのき茸、人参、玉葱、こんにゃく	小麦
		キャベツの梅和え			キャベツ、枝豆、梅干	
		牛乳		牛乳		乳
9日(水)		ライス	ご飯			
		ミネストローネ	マカロニ	ベーコン	玉葱、キャベツ、人参、トマト	小麦
		豚肉のバーベキューソース炒め		豚肉	玉葱、りんご	小麦
		じゃが芋のココロサラダ	じゃが芋		きゅうり、コーン	小麦
		牛乳		牛乳		乳
10日(木)		元気盛り盛り塩ら～めん	ラーメン、ふ	豚肉、わかめ	メンマ、もやし、人参、白菜	小麦
		バンジージャンプサラダ	ごま	鶏肉	きゅうり、人参、ごぼう	小麦
		牛乳		牛乳		乳
11日(金)		ご飯	ご飯			
		豆腐のみそ汁		豆腐、油揚げ	長葱	
		鶏肉のうま煮		鶏肉、高野豆腐、竹輪	人参、こんにゃく、さやいんげん	小麦
		白菜のごま和え	ごま		白菜、人参	小麦
		牛乳		牛乳		乳
14日(月)		コッペパン	コッペパン			乳、卵、小麦
		ポークシチュー	じゃが芋	豚肉	玉葱、人参	小麦
		豆乳コロッケ		豆乳	玉葱、コーン	小麦
		ダイコンマリネ			大根、きゅうり、コーン、人参	小麦
		牛乳		牛乳		乳
15日(火)		ご飯	ご飯			
		じゃが芋のみそ汁	じゃが芋	豆腐、油揚げ	玉葱	
		さんまのみぞれ煮		さんま	大根	小麦
		きゅうり昆布		昆布	キャベツ、きゅうり	小麦
		牛乳		牛乳		乳
16日(水)		ぎゅう牛とん丼	ご飯	牛肉、豚肉	人参、玉葱	小麦
		長芋のみそ汁	長芋	厚揚げ	長葱	
		白和え	ごま	豆腐	ほうれん草、人参、枝豆	小麦
		牛乳		牛乳		乳

川西中1年生の  
皆さんが考えた  
メニューです！  
1年生は初めての  
取り組みで、  
メニュー名もが  
んばりました！  
食べれば元気の  
でるメニューで  
す。

ふるさと給食では十勝  
産の食材を多く使って  
います。  
9月は十勝和牛や長芋  
が入っていますよ！  
また、十勝和牛は北海  
道の道産牛肉学校給食  
提供推進事業により、  
提供されて  
います。



17日(木)	中華風海藻サラダ あんかけ焼きそば	あんかけ焼きそば 中華風海藻サラダ	焼きそば麺	豚肉	玉葱、白菜、人参、もやし、筍、きくらげ	小麦
18日(金)	コーンサラダ ライス ポトフ	ライス ポトフ チキンチャップ コーンサラダ	ご飯 じゃが芋	ウインナー 鶏肉	玉葱、人参、マッシュルーム、パセリ 玉葱、枝豆 コーン、キャベツ、人参、きゅうり	小麦 乳
23日(水)	カラフル四色金平 ご飯	ご飯 十勝貝だくさん豚汁 和風ハンバーグ～ネギソース～ カラフル四色金平	ご飯 じゃが芋 ごま	豚肉、豆腐、大豆 鶏肉、豚肉	人参、大根、こんにゃく、長葱 玉葱、長葱 こんにゃく、人参、枝豆、コーン	小麦 乳
24日(木)	オニオンドレッシングサラダ 細麺パスタ	ボンゴレトマトスパゲティ オニオンドレッシングサラダ	細麺パスタ	ベーコン、あさり 鶏肉	玉葱、人参 キャベツ、人参、きゅうり	小麦 乳
25日(金)	変わり金平 ご飯	ご飯 根菜けんちん汁 あじフライ 変わり金平	ご飯	豆腐 あじ 豚肉、竹輪	大根、人参、こんにゃく、椎茸、長葱 ごぼう、人参、枝豆	小麦 乳
28日(月)	クルゴマサラダ チョコチップパン	チョコチップパン トントン切りスープ コロコロチキンのバジル風味 クルゴマサラダ	チョコチップパン ベーコン 鶏肉 マカロニ、ごま		キャベツ、玉葱、人参、パセリ きゅうり、人参	乳、卵、小麦 小麦 小麦 乳
29日(火)	とてっぼサラダ ご飯	川西大集合 ほっけ塩焼き とてっぼサラダ	ご飯 じゃが芋	豚肉、豆腐、油揚げ ほっけ	人参 キャベツ、枝豆、コーン	小麦 乳
30日(水)	コールスローサラダ ライス	ライス オビリースープカレー 野菜コロッケ コールスローサラダ	ご飯 じゃが芋 じゃが芋	鶏肉、うずら卵	なす、パプリカ、ズッキーニ、人参、トマト、玉葱 人参、コーン キャベツ、人参、きゅうり	卵、小麦 小麦 小麦 乳

昨年度の栄小  
学校の6年生  
が家庭科の授  
業で考えた給  
食です。特産  
品の大豆を取り  
入れた献立に  
なっています。

川西中3年生の  
皆さんが考えた  
メニューです。パン  
給食を考えるのは  
大変でしたが、一  
生懸命取り組みま  
した。メニュー名  
を工夫してもらい  
ながらできあがり  
しました。

川西中2年生の  
皆さんが考えた  
メニューです。  
川西の特産物が  
貝だくさんのみ  
そ汁に大集合し  
ました。

今月のオビリースープは、  
人気のスープカレー  
です。ライスに  
かけて食べて  
ください。

- \* 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、小麦、そば、  
卵、乳、落花生**  
上記7品目のみ表示しています。

9月の 平均値	エネルギー	811 kcal
	たんぱく質	32.4 g
	脂 質	22.7 g

## ～9月に使用する十勝産・北海道産食材の紹介～


- |  |   |  |  |  |  |
|--|---|--|--|--|--|
| <p>&lt;野菜&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・長葱</li> <li>・大根</li> <li>・ごぼう</li> <li>・ホウレン草</li> <li>・キャベツ</li> <li>・ピーマン</li> <li>・白菜</li> <li>・きゅうり</li> <li>・にんにく</li> <li>・セロリ</li> <li>・じゃが芋</li> <li>・リーキ</li> <li>・マッシュルーム</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>帯広 (小林さん)</li> <li>十勝、道内</li> <li>帯広 (和田さん)・十勝</li> <li>十勝、道内</li> <li>帯広、十勝</li> <li>道内</li> <li>十勝、道内</li> <li>十勝、道内</li> <li>十勝</li> <li>十勝</li> <li>十勝、道内</li> <li>十勝 (小笠原さん)</li> <li>帯広</li> </ul> | <p>&lt;野菜&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・玉葱</li> <li>・人参</li> <li>・枝豆</li> <li>☆大豆</li> <li>☆もやし</li> </ul> <p>&lt;豆腐類&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☆豆腐</li> <li>・油揚げ</li> </ul> <p>&lt;肉類&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☆牛肉</li> <li>☆豚肉</li> <li>☆鶏肉</li> <li>・ベーコン</li> </ul> <p>(十勝産・道産以外になることもあります)</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>帯広 (中村さん)、道内</li> <li>帯広 (泉さん)、十勝</li> <li>中札内</li> <li>帯広</li> <li>十勝</li> <li>十勝</li> <li>十勝</li> <li>十勝、道内</li> <li>十勝、道内</li> <li>道内</li> </ul> | <p>&lt;調味料・その他&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☆しょうゆ</li> <li>☆白しょうゆ</li> <li>☆赤みそ</li> <li>☆白みそ</li> <li>☆でん粉</li> <li>・ご飯</li> <li>☆パン (小麦)</li> <li>☆うどん (小麦)</li> <li>☆ラーメン (小麦)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>十勝</li> <li>十勝</li> <li>十勝</li> <li>十勝</li> <li>十勝</li> <li>道内</li> <li>帯広</li> <li>帯広</li> <li>帯広</li> </ul> |
|--|---|--|--|--|--|

☆マークが付いている食材は、年間を通して十勝産です。

職 種：令和2年度帯広市会計年度任用職員 (学校給食調理員)  
勤務形態：隔日勤務 (週2～3日勤務)  
勤務時間：8:15～16:30 (休憩時間あり)  
給 料：日給6,931～8,381円 ※学歴・職歴により決定します。  
手 当：期末・通勤手当  
休 暇：年次有給休暇 (初年度3日)  
業務内容：学校給食調理業務、調理器等洗浄作業、その他  
休 日：土・日・祝、小中学校の春・夏・冬休み期間 (一部勤務日あり)

学校給食センターで  
働いてみませんか?

**募集**



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、  
教育・文化・スポーツ→学校教育→学校給食 でご覧になることができます。

