



きゅうしよくだより

2018年 2月
幕別町幕別学校給食センター

日 曜	献 立 名	お も な 食 品 と そ の 働 き		
		熱や力になる	おもに体をつくる	体 の 調 子 を 整 え る
1 木	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
	みそしる		豆腐 北海道産わかめ かつお・こんぶだし みそ	人参 えのき茸 長ねぎ
	こくさんムラサキいかフライ	小麦粉 パン粉 菜種油	いか 大豆	
	ひじきとやさいのカラフルいため	菜種油 砂糖	国産ひじき 鶏肉 油揚げ 大豆 醤油	小松菜 人参
2 金	バターパン(せわり) 牛乳	パン	牛乳	
	むてんかうインナー(パンにはさめてたべましょう)		豚肉	
	トマトミックスソース(ディスペンパック)			トマト 玉ねぎ パイン果汁
	やさしいクリームに 節分豆(せつぶんまめ)	菜種油 ルウ(小麦粉)	鶏肉 牛乳 生クリーム 魚肝油パウダー(ほっけ) エキス(大豆)	玉ねぎ 人参 キャベツ 十勝産コーン 十勝マッシュルーム
5 月	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
	みそしる		油揚げ かつお・こんぶだし みそ	人参 キャベツ えのき茸 長ねぎ
	わかどりのごまてりやき	パン粉(小麦) ごま	鶏肉 パン粉(乳・大豆) がらスープ(豚肉) 魚介エキス(いわし)	
	じゃがいもとふきのにもの うみのごもつくだに(パック)	じゃがいも 菜種油 砂糖	豚肉 醤油	人参 北海道産ふき
6 火	しょうゆラーメン	ラーメン ラード ごま油	豚肉 なた(たら・いとより) きくらげ エキス(鶏肉・かつお) 醤油	人参 もやし メンマ 長ねぎ 玉ねぎ 北海道産木耳
	牛乳		牛乳	
	こくさんぐさいのぎょうざ(小・中2こ)	小麦粉 ラード ごま油 大豆油	豚肉 鶏肉 醤油 大豆たん白 醤油	キャベツ なら
	ぎょうざのたれ(ボトル) こくさんうしゅうみかんゼリー	ごま油 砂糖	醤油	みかん
7 水	むぎいりごはん	ごはん 米粒麦		
	チキンカレー	じゃがいも 菜種油 米粉	鶏肉 白いんげん豆	人参 玉ねぎ にんにく ルウ(トマト・かぼちゃ)
	牛乳		牛乳	
	ツナサラダ	ドレッシング(大豆油・砂糖)	まぐろ ドレッシング(卵)	きゅうり キャベツ ドレッシング(りんご酢・レモン果汁)
8 木	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
	ふたじる	菜種油	豚肉 豆腐 かつお・こんぶだし みそ	人参 大根 ごぼう 白菜 長ねぎ 生姜
	さんまかつおぶしに	砂糖 大豆油	さんま かつお節 醤油	
	おひたし		醤油 かつお節	小松菜 もやし
9 金	チーズパン 牛乳	パン	牛乳	
	ポトフ	じゃがいも	ベーコン エキス(チキン・ほっけ)	人参 玉ねぎ キャベツ 十勝マッシュルーム
	クリスピーチキン	小麦粉 でん粉 大豆油 菜種油	鶏肉 大豆 醤油	玉ねぎ
	いよかん			いよかん
13 火	ごもくうどん	うどん	鶏肉 たれ(さば節・にぼし・かつお節) 醤油	小松菜 玉ねぎ 人参 長ねぎ 道産たもぎ茸 国産椎茸
	牛乳		牛乳	
	いなりずし	ごはん 砂糖	油揚げ 醤油	
	プリンタルト	小麦粉	マーガリン(乳・大豆) 卵 脱脂粉乳	
14 水	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
	みそ汁		油揚げ かつお・こんぶだし みそ	人参 白菜 しめじ 長ねぎ
	ハートのかたちのハンバーグ	豚脂 でん粉 砂糖	鶏肉 大豆たん白 豚肉	
	ほっかいどうさんトマトのケチャップポトル きりぼしだいこんのもの	菜種油 砂糖	鶏肉 かつおだし 醤油	トマト 切干大根 人参 いんげん
15 木	かむわかめごはん 牛乳	ごはん	わかめ(葉・莖) こんぶエキス 牛乳	
	みそしる		油揚げ かつお・こんぶだし みそ	人参 キャベツ 玉ねぎ 長ねぎ
	さつまいもてんぷら	さつまいも 小麦粉 でん粉 菜種油		
	かわりきんぴら	菜種油 砂糖	鶏肉 さつまいも(たら) 醤油	人参 ごぼう つきこんにゃく
16 金	チョコチップパン 牛乳	パン	牛乳	
	クラムチャウダー	小麦粉 菜種油	あさり 牛乳 エキス(チキン・大豆)	人参 玉ねぎ
	ケチャップにくだんご(小・中2こ)	パン粉(小麦) ごま油 砂糖	鶏肉 大豆たん白 醤油	玉ねぎ 人参 生姜 にんにく トマト
	やさしいサラダ			レタス きゅうり ドレッシング(コーン・ブルーベリー・人参・玉ねぎ・レモン果汁)
19 月	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
	かぼちゃだんごじる		油揚げ かつお・こんぶだし みそ	かぼちゃ 人参 大根 白菜 長ねぎ 国産椎茸
	ふたにくのしょうがいため	菜種油 ごま	豚肉 醤油 みそ	玉ねぎ 生姜
	ほうれんそうのごまあえ サキサキチーズ(中学校のみ)	ごま 砂糖	醤油 (中) チーズ	ほうれん草 もやし
20 火	きのこスパゲティ	スパゲティ オリーブ油	ベーコン たれ(かつお・いわし節・こんぶエキス・醤油) パスタオイル(乳)	人参 玉ねぎ キャベツ 赤ピーマン エリンギ たもぎ茸 まいだけ しめじ
	牛乳		牛乳	
	チキンチーズやき	パン粉	鶏肉 チーズ 大豆たん白、醤油	赤ピーマン パセリ
	はらじゅくドックミニ(ココアバナナあじ)	小麦粉 砂糖 バター	卵 脱脂粉乳 ゼラチン	バナナ
21 水	こくないさんごこくいりごはん	ごはん 麦 黒米 もちきび 発芽玄米		
	ビーフカレー	菜種油 米粉	牛肉 白いんげん豆	十勝マッシュルーム 人参 玉ねぎ にんにく ルウ(トマト・かぼちゃ)
	牛乳		牛乳	
	フルーツのゼリーあえ			黄桃缶 和梨缶 みかん缶 りんご缶(すべて国産)
22 木	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
	みそしる		もずく かつお・こんぶだし みそ	人参 大根 長ねぎ
	あつやきたまごしょうゆあじ	砂糖 でん粉	卵 醤油 かつお節エキス こんぶ	
	にくじゃが	じゃがいも 砂糖 菜種油	豚肉 醤油 こんぶだし	人参 玉ねぎ しらたき いんげん
23 金	ミルクベビーパン 牛乳	パン	牛乳	
	ポークシチュー	じゃがいも 菜種油 小麦粉	豚肉 生クリーム エキス(鶏肉・豚肉・大豆)	人参 玉ねぎ 十勝マッシュルーム ルウ(トマトペースト)
	たらフライ(ソースポトル)	パン粉 えごま油 菜種油	たら 大豆粉 醤油	
	イタリアンサラダ	ドレッシング(小麦)	ドレッシング(ベーコン(乳・豚肉)・醤油・チキンエキス・大豆)	黄ピーマン レタス きゅうり ドレッシング(赤ピーマン・りんご酢・椎茸・オリーブ)
26 月	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
	つみれじる		つみれ(たら・いわし) だし(かつお・こんぶ・まぐろ) 醤油	つみれ(人参・ほうれん草) 人参 ごぼう 大根 白菜 長ねぎ
	さばのみそに	砂糖	さば みそ	
	ふくめに	菜種油 砂糖 がんも(ごま)	がんも こんぶだし 醤油	こんにゃく 人参 国産たけのこ 国産椎茸
27 火	みそラーメン	ラーメン ラード ごま	豚肉 スープ(みそ・豚肉・鶏肉・さば・ゼラチン・大豆)	人参 白菜 もやし メンマ 北海道産木耳 長ねぎ にんにく
	牛乳		牛乳	
	やきぐりコロケ	小麦粉 じゃがいも さつまいも 粟 菜種油	パン粉(大豆)	
	アセロラゼリー	砂糖	寒天	アセロラ果汁 レモン果汁
28 水	ごはん 牛乳	ごはん	牛乳	
	わかめスープ		北海道産わかめ エキス(チキン)	人参 もやし 長ねぎ
	マーボー豆腐	ごま油 砂糖 でん粉	豆腐 豚ひき肉 みそ 醤油	長ねぎ 生姜 にんにく
	ごぼうサラダ	ごま 酢(小麦) 大豆油	チキンさしみ水煮 ドレッシング(大豆・卵黄・醤油・かつおエキス)	人参 ごぼう 十勝産コーン

※ 材料の都合で、献立の一部を変更することもありますのでご了承ください。
◎ リクエスト給食の人気メニューも入れてあります。

※2日のトマトソースのパックはソースのでるところを
したにむけて、ウインナーにつけてください。