

### 🌸12月は“新メニュー”がいっぱい🌸

お外はすっかり寒くなって、冬らしい季節になりました🎵12月はイベントがたくさんあるので給食でも行事食がたくさんです♡みなさん楽しみにしてくださいね！また、12月は新メニューがたくさんあります！みなさんどれが新メニューかわかるかな？1つは20日（月）の「関西風うどん」です！みなさん別海町の友好都市（文化交流や親善を目的として、結びつきをもつ都市）を知っていますか？別海町の友好都市は「大阪府枚方市（おおさかふひらかたし）」です！それにちなんで今回は白だしを使った関西風のうどんが登場します！いつもと違ったうどんをぜひ味わってみてくださいね♡新メニューはあと7回あります🎵



**1日** 《ベつかいぎょうしよく》

- ごはん
- べつかいぎょうにゅう
- たっぶりきのこのみそしる

えのき・しめじ・舞茸・別海バター・かつおだし・白味噌

- さけのしおやき

別海産塩鮭（薄塩）

- こんにやくのおかか

さつま揚げ・こんにやく・人参・竹の子・かつお節・醤油・三温糖・本てり・米油

さけに骨がついています！  
注意して食べよう！

**2日** 【ピフイス菌の日】

- ウインナーカレー

精白米・麦・ウインナー・じゃが芋・人参・玉ねぎ・生姜・にんにく・カレールウ（B・I）・米油

- べつかいぎょうにゅう
- ふくじんづけ

福神漬

- フルーツヨーグルト

みかん缶・黄桃缶・バナナ・キウイ・レモン汁・別海ヨーグルト

**3日** 【くるみパンの日】

- くるみパン
- べつかいぎょうにゅう
- パンプキンポタージュ

玉ねぎ・かぼちゃピューレ・乾燥パセリ・別海牛乳・別海バター・小麦粉・コンソメ・塩・こしょう

- ハンバーグ（ケチャップソース）

ハンバーグ・ケチャップ・中濃ソース・トマトソース・上白糖

- こまつなとコーンのソテー

ベーコン（N）・小松菜・ホールコーン・別海バター・コンソメ・醤油・塩・こしょう

**6日**

- チキントマトクリームパスタ

スパゲティ・オリーブ油 【ソース】 鶏肉・玉ねぎ・人参・しめじ・マッシュルーム・にんにく・乾燥パセリ・トマトダイス缶・トマトスープ・ケチャップ・中濃ソース・ウスターソース・赤ワイン・三温糖・コンソメ・塩・こしょう・生クリーム・粉チーズ・米油

- べつかいぎょうにゅう
- やきぐりコロッケ

焼き栗コロッケ・キャノーラ油

- ガトーショコラ

お米deガトーショコラ

**7日**

- タコライス

精白米 【肉】 豚肉・大豆ミート・玉ねぎ・生姜・にんにく・カレー粉・ハーブシーズニング・野菜ピューレ・トマトダイス缶・ケチャップ・ウスターソース・米油 【野菜】 キャベツ

- べつかいぎょうにゅう
- わかめとたまごのスープ

カットわかめ・鶏卵・白ごま・醤油・シャンタン・塩・こしょう

- カスタードプリン

Rカスタードプリン

**8日**

- ごはん
- べつかいぎょうにゅう
- じゃがいもとしめじのみそしる

じゃが芋・しめじ・かつおだし・白味噌

- てりやきにくだんご

幼1個・小中2個

FMうす味国産鶏肉使用の肉団子（照焼）

- ちくわともやしのソテー

焼き竹輪・もやし・丸鶏がらスープ・醤油・三温糖・こしょう・米油

**9日**

- ごはん
- べつかいぎょうにゅう
- もやしとあぶらあげのみそしる

もやし・油揚げ・かつおだし・白味噌

- あつあげのみそいため

豚肉・厚揚げ・玉ねぎ・人参・ピーマン・干椎茸・生姜・にんにく・赤味噌・オイスターソース・醤油・三温糖・本てり・酒・ごま油・米油

- ポリポリあえ

白菜・ほうれん草・つぼ漬け・醤油・ごま油

**10日**

- ミルクパン
- べつかいぎょうにゅう
- ポークシチュー

豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・別海バター・トマトピューレ・デミグラスソース・コンソメ・三温糖・塩・こしょう・米油

- アジフライ

アジフライ・キャノーラ油

- タルタルソース
- カラフルソテー

ベーコン（N）・キャベツ・パプリカ・醤油・コンソメ・塩・こしょう・米油

**13日**

- とうにゅうたんたんめん

中華麺・豚肉・もやし・青梗菜・長ねぎ・味付メンマ・鶏ガラ・豚骨・担々麺スープ・無調整豆乳・米油

- べつかいぎょうにゅう
- やきぎょうざ

幼小2個・中3個

焼き目つき餃子

- パンケーキ

パンケーキ

たんたんめんはピリ辛です！盛り付けるときはよくかきまぜてからにしてくださいね！！

**14日**

- チキンカレー

鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・生姜・にんにく・カレールウ（B・I）・米油

- べつかいぎょうにゅう
- ふくじんづけ

福神漬

- さけるチーズ

べつかいのチーズ屋さん（さけるチーズ）

「さけるチーズ」は女性農業者会さんから提供していただきました♡

**15日**

- わかめごはん

精白米・炊き込みわかめ

- べつかいぎょうにゅう
- とんじる

豚肉・豆腐・大根・人参・じゃが芋・玉ねぎ・ごぼう・白味噌・米油

- たまごやき

厚焼玉子

- カラフルいそに

ひじき・さつま揚げ・油揚げ・人参・大豆・枝豆・ホールコーン・醤油・三温糖・ごま油

**16日**

- ごはん
- べつかいぎょうにゅう
- ちゅうかスープ

豆腐・人参・ほうれん草・干椎茸・味付メンマ・醤油・シャンタン・塩・こしょう

- ザンタレふう

〔肉〕 国産花咲風とり天・キャノーラ油 〔たれ〕 醤油・上白糖・米酢・酒・ごま油

- もやしのナムル

ハム・もやし・きゅうり・醤油・米酢・上白糖・塩・ごま油

**17日**

- あげパン
- べつかいぎょうにゅう
- オニオンスープ

玉ねぎ・オニオンダイスソテー・乾燥パセリ・別海バター・コンソメ・塩

- ウインナーのトマトに

ウインナー・キャベツ・グリーンピース・ケチャップ・ウスターソース・三温糖・塩・こしょう・オリーブ油

- ポテトサラダ

ポテトサラダ

**20日**

- かんさいふううどん

うどん・鶏肉・赤かまぼこ・人参・ほうれん草・長ねぎ・かつおだし・関西うどんだし・本てり・塩

- べつかいぎょうにゅう
- きつねもち

きつねもち（たれ付）

きつねもちは、うどんにのせて食べてね♪

- アイスクリーム

べつかいのアイスクリーム屋さん（ストロベリー）

「アイスクリーム」は別海町集落さんから提供していただきました♡

**21日** 《クリスマスこんだて》

- エスカロップ

精白米・ピラフの素 【カツ】 とんかつ・キャノーラ油 【ソース】 オニオンダイスソテー・デミグラスソース・ケチャップ・赤ワイン・三温糖・コンソメ・塩

- べつかいぎょうにゅう
- コンソメスープ

ベーコン（K）・玉ねぎ・人参・小松菜・ホールコーン・野菜ピューレ・コンソメ・塩・こしょう

- ストロベリーカスタードタルト

ストロベリーカスタードタルト

**22日** 《とうじこんだて》

- ごはん
- べつかいぎょうにゅう
- かぼちゃだんごしる

鶏肉・大根・人参・ごぼう・干椎茸・長ねぎ・プチ南瓜餅・かつおだし・醤油・めんつゆ・塩

- チキンのおろしゆずぽんずがけ

〔肉〕 鶏肉・塩・こしょう・酒 〔たれ〕 大根・ゆずポン酢・でん粉

- たけのことれんこんのあますに

竹の子・蓮根・長ねぎ・醤油・三温糖・本てり・米酢

**23日**

- きんぴらどん

精白米・豚肉・さつま揚げ・白滝・ごぼう・人参・干椎茸・白ごま・醤油・三温糖・本てり・酒・米油

- べつかいぎょうにゅう
- いわしのつみれじる

いわしつみれ・白菜・大根・人参・長ねぎ・かつおだし・白味噌

- はちみつレモンゼリー

はちみつレモンゼリーFe

**24日**

- こくとうパン
- べつかいぎょうにゅう
- さつまいものシチュー

ベーコン（K）・さつま芋・玉ねぎ・人参・乾燥パセリ・別海牛乳・別海バター・小麦粉・コンソメ・塩・こしょう

- さけメンチカツ

北海道のさけメンチカツ（マヨネーズ味）・キャノーラ油

- キャロットラペ

ツナ・人参・玉ねぎ・ホールコーン・粒マスタード・醤油・上白糖・米酢・塩・こしょう・米油

小学校低・中・高学年、中学生の月平均のエネルギー・たんぱく質・脂質を記載しています。

**低** エネルギー：653kcal たんぱく質：26.3g 脂質：24.4g

**中** エネルギー：688kcal たんぱく質：27.1g 脂質：24.7g

**高** エネルギー：722kcal たんぱく質：27.9g 脂質：25.1g

**中学** エネルギー：834kcal たんぱく質：31.7g 脂質：27.8g