

<p>2日 (八十八夜・お茶の日) ・みそバターコーンラーメン 中華麺・なると・豚肉・長ねぎ・もやし・きゃべつ・玉ねぎ・コーン・人参・味付メンマ・鶏ガラ・豚骨・煮干し・別海バター・味噌ラーメンのたれ</p> <p>・べつかいぎゅうにゅう ・オニオンコロッケ (幼のみ2個) オニオンコロッケ・キャノーラ油 ・まっちゃんのむしケーキ 抹茶の蒸しケーキ</p>	<p>3日 富法記念日 </p>	<p>4日 みどりの日 </p>	<p>5日 こどもの日 </p>	<p>6日 ・かぼちゃパン ・べつかいぎゅうにゅう ・ミートボールのブラウンシチュー ミートボール・じゃが芋・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・にんにく・生姜・赤ワイン・トマトピューレ・コンソメ・ビーフシチュールウ・生クリーム・米油</p> <p>・えびカツ <small>えびカツ・キャノーラ油</small> ・きゃべつとコーンのオーロラサラダ きゃべつ・きゅうり・人参・ハム・コーン・エッグケアマヨネーズ・ケチャップ・塩・こしょう</p>
<p>9日 ・ごもくうどん うどん・豚肉・なると・油揚げ・小松菜・長ねぎ・人参・干椎茸・醤油・本てり・めんつゆ・かつおだし・塩</p> <p>・べつかいぎゅうにゅう ・かぼちゃチーズフライ 南瓜チーズフライ・キャノーラ油 ・クリームコンフェ クリームコンフェ</p> 	<p>10日 ・ハヤシライス 精白米・麦・豚肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・生姜・にんにく・赤ワイン・コンソメ・醤油・三温糖・プルーンエキス・カレー粉・カレールウ (D) ・ハヤシルウ・ウスターソース・ケチャップ・米油</p> <p>・べつかいぎゅうにゅう ・だいこんとツナのサラダ 大根・きゅうり・人参・ツナ・和風ドレッシング ・チーズ アルミチーズ</p>	<p>11日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・にらたまじる 豆腐・鶏卵・人参・にら・醤油・本てり・塩・根昆布・かつおだし</p> <p>・たらのさいきょうやき たらの西京漬け焼き ・ごもくまめ 大豆・れん根・鶏肉・角切り昆布・ごぼう・人参・焼き竹輪 (N) ・こんにゃく・かつおだし・醤油・本てり・三温糖・米油</p>	<p>12日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・わかめスープ わかめ・玉ねぎ・醤油・シャンタン・塩・こしょう・白ごま</p> <p>・プルコギ 豚肉・もやし・人参・ピーマン・玉ねぎ・にんにく・醤油・酒・三温糖・赤味噌・コチュジャン・米油・でん粉</p> <p>・じゃがいもときゃべつのちゅうかサラダ じゃが芋・きゃべつ・きゅうり・人参・中華クラゲ・ごま油・りんご酢・醤油・上白糖</p>	<p>13日 ・あげパン ・べつかいぎゅうにゅう ・マカロニスープ ベーコン (K) ・じゃが芋・玉ねぎ・アルファベットマカロニ・コンソメ・醤油・塩・こしょう・パセリ・米油</p> <p>・チキンマスタードやき 鶏肉・塩・こしょう・粒マスタード・辛子・エッグケアマヨネーズ・粉チーズ・白ワイン</p> <p>・キャロットサラダ 人参・玉ねぎ・ツナ・コーン・醤油・米酢・上白糖・塩・こしょう・米油・粒マスタード</p>
<p>16日 ・クリームスパゲティ スパゲティ (ソース) 玉ねぎ・ほうれん草・しめじ・人参・にんにく・ベーコン (N) ・別海牛乳・別海バター・小麦粉・シチューミックス・ベジマールルウ・コンソメ・生クリーム・塩・粗引こしょう・オリーブ油</p> <p>・べつかいぎゅうにゅう ・メンチカツ メンチカツ・キャノーラ油 ・ワインゼリー ワインゼリー</p> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; display: inline-block;"> フォークをもっ てきましょう♪ </div>	<p>17日 ・マーボーどん 精白米・豆腐・豚肉・にら・人参・長ねぎ・干椎茸・生姜・にんにく・赤味噌・醤油・酒・三温糖・豆板醤・塩・でん粉・ごま油・米油</p> <p>・べつかいぎゅうにゅう ・いとかまとはくさいのちゅうかあえ 白菜・人参・きゅうり・糸かまぼこ・醤油・上白糖・米酢・ごま油 ・ようなし 冷凍カット洋梨</p>	<p>18日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・こまつなとこやどうふのみそしる 小松菜・高野豆腐・かつおだし・白味噌</p> <p>・じゃがそばろ じゃが芋・豚肉・人参・白滝・枝豆・生姜・醤油・三温糖・本てり・米油</p> <p>・たたききゅうり きゅうり・白ごま・醤油・上白糖・ごま油・唐辛子</p>	<p>19日 ・なめしごはん <small>精白米・混ぜ込み菜飯</small> ・べつかいぎゅうにゅう ・だいこんとあぶらあげのみそしる 大根・油揚げ・かつおだし・白味噌</p> <p>・さばのしょうがに さばの生姜煮 ・カレーあじいりどうふ 豆腐・玉ねぎ・鶏肉・野菜ミックス (人参・コーン・いんげん) ・カレー粉・カレールウ (D) ・醤油・本てり・三温糖</p>	<p>20日 ・ソフトフランスパン ・べつかいぎゅうにゅう ・コーンポタージュ コーンペースト・コーン・玉ねぎ・別海牛乳・別海バター・小麦粉・コンソメ・塩・こしょう・コーンポタージュルウ・パセリ</p> <p>・ハンバーグデミグラスソース ハンバーグ・オニオンソテー・デミグラスソース・ケチャップ・赤ワイン・塩・三温糖・コンソメ</p> <p>・ジャーマンポテト じゃが芋・玉ねぎ・ウインナー・にんにく・別海バター・コンソメ・塩・粗引こしょう・パセリ</p>
<p>23日 ・しおラーメン 中華麺・なると・豚肉・長ねぎ・もやし・白菜・人参・味付メンマ・鶏ガラ・シャンタン・タンメンのたれ</p> <p>・べつかいぎゅうにゅう ・はるまき 春巻き・キャノーラ油 ・みかんゼリー 温州みかんゼリー</p> 	<p>24日 ・ドライカレー 精白米・麦・豚肉・大豆ミート・玉ねぎ・人参・グリーンピース・にんにく・生姜・ケチャップ・ウスターソース・カレールウ (B・I) ・カレー粉・赤ワイン・コンソメ・三温糖・野菜ピューレ (玉ねぎ・セロリ・人参) ・米油</p> <p>・べつかいぎゅうにゅう ・ふくじんづけ 福神漬 ・フルーツゼリーあえ もも缶・みかん缶・パイン缶・ダイスゼリー (ぶどう2種)</p> 	<p>25日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・はるさめスープ 青梗菜・鶏肉・えのき草・緑豆春雨・人参・塩・こしょう・シャンタン・醤油・でん粉</p> <p>・ミートボールのすぶたふう ミートボール・干椎茸・竹の子・玉ねぎ・ピーマン・人参・ケチャップ・三温糖・薄口醤油・酒・オイスターソース・りんご酢・塩・でん粉・米油</p> <p>・もやしナムル もやし・きゅうり・ハム・醤油・米酢・ごま油・塩・上白糖</p>	<p>26日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・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</p> <p>・えびいかかきあげ <small>えびいかかき揚げ・キャノーラ油・天丼のたれ</small> ・ポリポリあえ 白菜・ほうれん草・つば漬 ・醤油・ごま油</p> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; display: inline-block;"> かき揚げをごはんの せて、かき揚げ丼に して食べましょう♪ </div>	<p>27日 お弁当の日 べんとう ひ 別海牛乳が付きます! </p>
<p>30日 ・カレーうどん うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・油揚げ・長ねぎ・醤油・本てり・めんつゆ・カレールウ (B) ・かつおだし・でん粉</p> <p>・べつかいぎゅうにゅう ・おうぎフライ (幼小2個・中3個) 扇フライ・キャノーラ油 ・とうにゅうブラマンジェ 豆乳ブラマンジェ</p> 	<p>31日 ・ぶたみそどん 精白米 (肉味噌) 豚肉・玉ねぎ・生姜・酒・赤味噌・本てり・三温糖・唐辛子・白ごま・米油 (野菜) きゃべつ・コーン・野菜ミックス (人参・コーン・いんげん) ・別海バター・醤油・塩・こしょう</p> <p>・べつかいぎゅうにゅう ・けんちんじる 豆腐・人参・大根・干椎茸・ごぼう・油揚げ・ごま油・醤油・めんつゆ・塩・かつおだし</p> <p>・おさつスティック おさつスティック</p>	<p>令和4年度 別海町学校給食センター</p>  <h1>5月のこんだて</h1> 		
<p>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。</p>	<p>低 エネルギー 609kcal たんぱく質 25.1g 脂質 20.8g</p>	<p>中 エネルギー 640kcal たんぱく質 25.8g 脂質 21.0g</p>	<p>高 エネルギー 671kcal たんぱく質 28.3g 脂質 21.1g</p>	<p>中学 エネルギー 787kcal たんぱく質 31.0g 脂質 24.0g</p>

〈給食費は未払いのないようにお願いします〉