



入園・入学・進級おめでとうございます❀

今年度は4月6日から給食がスタートします☺
給食センター職員一同、変わらない愛情のもとで安心・安全・おいしい給食づくりに努めてまいります。
令和5年度もどうぞよろしくお願いいたします。



＜栄養価の見方＞

献立表の下段に、その月のエネルギー・たんぱく質・脂質の月平均が、各年齢別に記載されております。

- 低：小学1・2年生
中：小学3・4年生
高：小学5・6年生
中学：中学生



6日

- ごはん
- べつかいぎゅうにゅう
- とうふとねぎのみそしる

豆腐・長葱・かつおだし・白味噌

- ぶたのしょうがやき

豚肉・玉葱・生姜・酒・醤油・三温糖・本てり・米油

- ごぼうサラダ

ごぼう・ツナ・きゅうり・人参・玉葱・白ごま・醤油・米酢・上白糖・塩・丸鶏がらスープ・米油



7日

- バターパン
- べつかいぎゅうにゅう
- かぼちゃニョッキのクリームに

ぶちかぼちゃ餅・ベーコン(K)・玉葱・人参・小麦粉・別海バター・別海牛乳・コンソメ・塩・こしょう・パセリ

- やさいとウインナーのトマトに

ウインナー・きゃべつ・玉葱・じゃが芋・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

- ゆでやさいサラダ

ブロッコリー・きゅうり・パプリカ・サウザンドレッシング

10日

- みそやさいラーメン

中華麺・豚肉・なると・長葱・もやし・きゃべつ・玉葱・人参・メンマ・鶏ガラ・豚骨・煮干し・味噌ラーメンスープ

- べつかいぎゅうにゅう

- はるまき

みんななかよし国産春巻・キャノーラ油

- あおりんごゼリー

青りんごゼリー



11日

- ぶたひじきそばろどん

精白米・豚肉・ひじき・玉葱・人参・ホールコーン・生姜・にんにく・酒・赤味噌・三温糖・醤油・本てり・でん粉・米油

- べつかいぎゅうにゅう

- こうやとうふとしめじのみそしる

高野豆腐・しめじ・かつおだし・白味噌

- チーズ

給食用ベビーチーズ15

12日

- ごはん
- べつかいぎゅうにゅう
- あぶらあげとほうれんそうのみそしる

油揚げ・ほうれん草・人参・かつおだし・白味噌

- たらあかみりんやき

鱈の赤みりん焼き

- ピリからとろみに

厚揚げ・豚肉・白菜・緑豆春雨・豆板醤・醤油・三温糖・酒・丸鶏がらスープ・白味噌・でん粉・ごま油



13日

- ごはん
- べつかいぎゅうにゅう
- さつまじる

さつま芋・豚肉・豆腐・つきこん・ごぼう・大根・人参・生姜・かつおだし・白味噌・米油

- シャキシャキにくだんご

幼2個・小中3個

- みそマヨサラダ

しゃきしゃき肉団子
きゃべつ・人参・焼き竹輪(N)・エッグケアマヨネーズ・醤油・白味噌

14日

- こくとうパン
- べつかいぎゅうにゅう
- ミネストローネ

ベーコン(K)・人参・玉葱・じゃが芋・野菜クルルマカロニ・ダイストマト・にんにく・コンソメ・三温糖・塩・こしょう・米油

- きゃべつメンチカツ

きゃべつメンチカツ・キャノーラ油

- こまつなとコーンのソテー

小松菜・ホールコーン・ウインナー・別海バター・コンソメ・醤油・塩・こしょう

17日

- かしわうどん

うどん・鶏肉・なると・人参・小松菜・長葱・干椎茸・めんつゆ・本てり・醤油・塩・かつおだし

- べつかいぎゅうにゅう

- やさいかきあげ

野菜かき揚げ50・キャノーラ油

- ドームケーキ(こしあん)

ドームケーキ(こしあん)

うどんにのせて
食べましょう。

18日 <入園・入学・進級祝いこんだて>

- ハンバーグカレー

精白米・麦・豚肉・じゃが芋・人参・玉葱・生姜・にんにく・カレールー(B・I)・米油

国産鶏豚肉使用ハンバーグ

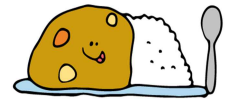
- べつかいぎゅうにゅう

- ふくじんづけ

福神漬け

- おいおいクレープ

お祝いクレープ



19日

- ごはん
- べつかいぎゅうにゅう
- わかめスープ

カットわかめ・玉葱・白ごま・醤油・シャンタン・塩・こしょう

- ミートボールのすぶたふう

ミートボール・玉葱・ピーマン・干椎茸・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

- パンバンジーサラダ

ささみフレーク・人参・きゅうり・パプリカ・中華ドレッシング

20日

- わかめごはん
- べつかいぎゅうにゅう
- おろしじる

精白米・炊き込みわかめ

鶏肉・大根おろし・人参・長葱・めんつゆ・醤油・塩・かつおだし・米油

- ほっけフライ

ほっけフライ・キャノーラ油

- しぐれに

豚肉・こんにゃく・人参・ごぼう・生姜・三温糖・醤油・米油

21日

- ミルクパン
- べつかいぎゅうにゅう
- ポークシチュー

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

- マーマレードチキン

鶏肉・生姜・醤油・塩・こしょう・酒【ソース】マーマレードジャム・醤油

- 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・ホールコーン・ハム・エッグケアマヨネーズ・ケチャップ・塩・こしょう



24日

- ミートソーススパゲティ

スパゲティ・オリーブ油【ソース】豚肉・ミートソース・オニオンソテー・玉葱・人参・にんにく・ケチャップ・デミグラスソース・ウスターソース・三温糖・塩・こしょう・米油

- べつかいぎゅうにゅう

- ぶたにくコロケ

豚肉コロケ・キャノーラ油

- やきプリンタルト

焼きプリンタルト

フォークをもって
きましょう。

25日

- ねぎしおぶたどん

精白米・豚肉・にんにく・生姜・しめじ・きゃべつ・玉葱・ピーマン・パプリカ・長葱・酒・三温糖・塩たれ・米油

- べつかいぎゅうにゅう

- あぶらあげとわかめのみそしる

油揚げ・カットわかめ・かつおだし・白味噌

- さつまいもチップス

さつまいもチップス



26日

- ごはん
- べつかいぎゅうにゅう
- えのきのスープ

えのき・青梗菜・シャンタン・醤油・塩・ごま油

- とりのからあげ

幼小2個・中3個

- はるさめサラダ

やわらか鶏もも唐揚げ・キャノーラ油

- はるさめサラダ

緑豆春雨・きゅうり・人参・ハム・白ごま・醤油・米酢・上白糖・丸鶏がらスープ・ごま油



27日

- ごはん
- べつかいぎゅうにゅう
- あつあげとだいこんのみそしる

厚揚げ・大根・かつおだし・白味噌

- じゃがそばろ

豚肉・じゃが芋・白滝・人参・グリーンピース・生姜・醤油・三温糖・本てり・米油

- いそかあえ

ほうれん草・人参・刻みのり・醤油・上白糖



28日

- ソフトフランスパン
- いちごジャム
- べつかいぎゅうにゅう
- きゃべつとにくだんごのスープ

ミートボール・きゃべつ・人参・干椎茸・シャンタン・醤油・塩・こしょう

- かぼちゃグラタン

かぼちゃグラタン

- ケチャップいため

ツナ・ベーコン(N)・玉葱・ピーマン・しめじ・ケチャップ・ウスターソース・コンソメ・三温糖・醤油・塩・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：61.8kcal
たんぱく質：26.4g
脂質：22.0g

中

エネルギー：65.1kcal
たんぱく質：27.2g
脂質：22.2g

高

エネルギー：68.3kcal
たんぱく質：28.0g
脂質：22.5g

中学

エネルギー：80.4kcal
たんぱく質：32.8g
脂質：25.6g

<給食費は未払いのないようにお願いします。>