令和6年度

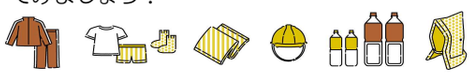
8がつのこんだて

別海町学校給食センター

～夏休みも規則正しい生活を心がけましょう！～

防災の日

今年は９月１日が日曜日なので、８月３０日に「防災の日メニュー」が登場します！
１９２３年９月１日に関東大震災が起きた日であることから、『災害への備えをおこたらないように』との想いを込めて定められました。
地震だけではなく、台風、豪雨、豪雪、洪水、高潮、津波などに備え、夏休み中に、食料や防災グッズ、避難場所などの確認を家族としてみましょう！



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。

27日

- ごはん
- べつかいぎゅうにゅう
- スープカレー

じゃがいも・人参・玉葱・キャベツ・かぼちゃ・ハーブシーズニング・スープカレールウ（マイルド・ホット）・米油

- ローストチキン

鶏肉・こしょう・醤油・白ワイン・食塩

- サイダーふうゼリー

カラフルゼリー（サイダー風）

低　エネルギー：596kcal　たんぱく質：20.9ｇ　脂質：20.2ｇ

28日

- ごはん
- べつかいぎゅうにゅう
- こうやど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

- すきやきふうに

豚肉・白滝・焼き豆腐・玉葱・長葱・えのき・醤油・三温糖・本てり・酒・米油

- ゆでやさいサラダ

キャベツ・もやし・きゅうり・人参・サウザンドレッシング

中　エネルギー：641cal　たんぱく質：22.1ｇ　脂質：20.9ｇ

29日

- ごはん
- べつかいぎゅうにゅう
- はくさいとにんじんのみそしる

白菜・人参・かつおだし・白味噌

- コーンしゅうまい　幼1個・小中2個

安心素材コーン焼売

- だいこんのべっこうに

大根・人参・豚肉・いんげん・焼き竹輪（N）・生姜・醤油・酒・かつおだし・三温糖・米油

高　エネルギー：679kcal　たんぱく質：22.9ｇ　脂質：21.3ｇ

30日　【防災の日メニュー】

- バターパン
- べつかいぎゅうにゅう
- やさいシチュー

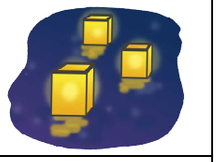
温めずにおいしい野菜シチュー（ブラウンソース仕立て）

- やさいコロッケ

コロッケ（野菜）・キャノーラ油

- パインゼリー

パインゼリー



中学　エネルギー：777kcal　たんぱく質：25.7ｇ　脂質：23.3ｇ