令和6年度　別海町学校給食センター

11がつのこんだて

♫べつかい給食が登場します♫

11月7日は、今年度3回目の「べつかい給食」です！
今回の「べつかい給食」には、別海漁協さんの鮭と別海バターを使用します♪
地元の食材をおいしく召し上がってください！みなさんお楽しみに☆彡

1日
- ソフトフランスパン
- 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・赤ワイン・トマトピューレ・コンソメ・デミグラスソース・三温糖・米油・別海バター・こしょう・食塩

- やさいとウインナーのトマトに

ウインナー・キャベツ・玉葱・しめじ・グリンピース・食塩・こしょう・トマトケチャップ・オリーブ油・ウスターソース・三温糖

- れんこんサラダ

ツナ・れんこん・きゅうり・コーン・エッグケアマヨネーズ・にんにく・醤油・食塩・白すりごま

4日
振替休日

5日
- やきとりどん

精白米・やきとり缶・玉葱・米油・そぼろたまご

- べつかいぎゅうにゅう
- ぐだくさんみそしる

干椎茸・大根・人参・白菜・油揚げ・かつおだし・白味噌

- ハニーピーナッツ

ハニーピーナッツ

6日
- ごはん
- べつかいぎゅうにゅう
- にんじんとこまつなのみそしる

人参・小松菜・かつおだし・白味噌

- とりとがんものみそに

鶏肉・こんにゃく・生姜・がんも・醤油・三温糖・酒・赤味噌・米油

- ごまマヨあえ

焼き竹輪（N）・きゅうり・人参・塩昆布・エッグケアマヨネーズ・白すりごま・めんつゆ

7日　【　べつかい給食　】
- ごはん
- べつかいぎゅうにゅう
- どさんこじる

豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・コーン・生姜・にんにく・別海バター・白味噌・米油・かつおだし

- さけのマヨネーズやき

別海産鮭・塩・こしょう・エッグケアマヨネーズ・粉チーズ

- やさいソテー

ピーマン・しめじ・ベーコン（N）・もやし・三温糖・醤油・コンソメ・米油・こしょう

8日
- あげパン
- べつかいぎゅうにゅう
- トマトスープ

キャベツ・人参・ウインナー・トマト・にんにく・米油・醤油・トマト・コンソメ・ウスターソース・食塩・こしょう・パセリ

- ミートオムレツ

Caたっぷりオムレツ（トマトミート）

- ツナじゃがソテー

じゃが芋・玉葱・コーン・ツナ・オリーブ油・こしょう・食塩・醤油・パセリ

11日
- かしわうどん

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

- べつかいぎゅうにゅう
- コーンフライ

コーンフライ・キャノーラ油

- グレープゼリー

カラフルゼリー（グレープ）

12日
- ミートボールカレー

精白米・麦・ミートボール・じゃが芋・人参・玉葱・生姜・にんにく・カレールウ（B・I）・米油

- べつかいぎゅうにゅう
- ふくじんづけ

福神漬け

- さつまいもとくりのタルト

お米de国産さつまいもと栗のタルト

13日
- ごはん
- べつかいぎゅうにゅう
- ふとたまねぎのみそしる

豆麩・玉葱・かつおだし・白味噌

- てりやきチキン

鶏肉・醤油・三温糖・本てり・でん粉

- さんしょくきんぴら

白滝・人参・枝豆・白ごま・三温糖・醤油・本てり・ごま油・米油

14日
- ごはん
- べつかいぎゅうにゅう
- あぶらあげとしめじのみそしる

油揚げ・しめじ・かつおだし・白味噌

- じゃがほたて

野付産ほたて・じゃが芋・玉葱・人参・いんげん・にんにく・米油・コンソメ・酒・食塩・こしょう・別海バター・醤油・三温糖

- ちゅうかくらげあえ

もやし・人参・中華くらげ・ごま油・りんご酢・醤油・上白糖

15日
- バターパン
- べつかいぎゅうにゅう
- パンプキンポタージュ

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

- やきぐりコロッケ

焼き栗コロッケ・キャノーラ油

- グリーンサラダ

キャベツ・きゅうり・人参・中華ドレッシング

18日
- みそやさいラーメン

中華麺・豚肉・なると・長葱・もやし・キャベツ・玉葱・人参・味付メンマ・味噌ラーメンスープ・鶏ガラ・豚骨・煮干し

- べつかいぎゅうにゅう
- ぎょうざ

幼１個・小中２個

焼き目付き餃子

- みかんゼリー

温州みかんゼリー

19日
- ねぎしおぶたどん

精白米・豚肉・にんにく・生姜・しめじ・キャベツ・玉葱・ピーマン・パプリカ・長葱・醤油・酒・三温糖・塩たれ・米油

- べつかいぎゅうにゅう
- とうふとわかめのみそしる

豆腐・わかめ・長葱・かつおだし・白味噌

- おちゃめなだいず

お茶めな大豆

20日
- ごはん
- べつかいぎゅうにゅう
- えのきのスープ

えのき茸・チンゲン菜・食塩・醤油・シャンタン・ごま油

- チキンなんばんふう

鶏天・キャノーラ油・醤油・三温糖・りんご酢

- タルタルソース
- だいこんサラダ

大根・きゅうり・人参・白ごま・和風ドレッシング

21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

- ★いわしのみそに

いわしの味噌煮

- こうやどうふのにもの

鶏肉・高野豆腐・玉葱・人参・干椎茸・かつおだし・醤油・三温糖・本てり・米油

22日
- かぼちゃパン
- べつかいぎゅうにゅう
- ラビオリのスープ

ポークラビオリ・玉葱・じゃが芋・人参・にんにく・米油・コンソメ・食塩・こしょう

- チリコンカン

豚肉・にんにく・玉葱・人参・マッシュルーム・トマト・ミックスビーンズ（大豆・金時豆・大福豆）・グリンピース・米油・食塩・チリパウダー・こしょう・トマトケチャップ・中濃ソース・トマトピューレ

- ドレッシングあえ

キャベツ・きゅうり・コーン・イタリアンドレッシング

25日
- ツナトマトソーススパゲティ

スパゲティ・オリーブ油・【ソース】ベーコン（N）・ツナ・にんにく・玉葱・人参・マッシュルーム・パセリ・トマト・トマトスープ・トマトケチャップ・三温糖・食塩・こしょう・コンソメ・米油

- べつかいぎゅうにゅう
- ★ポテトコロッケ（のりしお）

ポテトコロッケ（のり塩）・キャノーラ油

- チーズ

給食用ベビーチーズ１５

26日
- チキンカレー

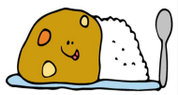
精白米・麦・鶏肉・じゃが芋・人参・玉葱・生姜・にんにく・カレールウ（B・I）・米油

- べつかいぎゅうにゅう
- ふくじんづけ

福神漬け

- みかんシラップづけ

みかんシラップづけ



27日
- ごはん
- べつかいぎゅうにゅう
- だいこんとたまねぎのみそしる

大根・玉葱・かつおだし・白味噌

- ぶたにくとれんこんのあまずいため

豚肉・れんこん・人参・しめじ・玉葱・いんげん・米油・醤油・三温糖・りんご酢・酒・食塩・こしょう・ごま油

- きりぼしだいこんのピーナッツあえ

切干大根・ほうれん草・醤油・上白糖・粉ピーナッツ

28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

- レモンのささみフライ

幼小２個・中３個

薫るレモンのささみフライ・キャノーラ油

- キャベツとぶたにくのピリからいため

豚肉・キャベツ・ピーマン・にんにく・赤味噌・酒・三温糖・醤油・豆板醤・米油

29日
お弁当の日

別海牛乳（コーヒー）がつきます☆彡

※認定こども園は対象外です

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。

	エネルギー	たんぱく質	脂質
低	595kcal	25.5ｇ	20.4ｇ
中	628kcal	26.3ｇ	20.7ｇ
高	661kcal	27.0ｇ	21.0ｇ
中学	775kcal	31.4ｇ	23.7ｇ