

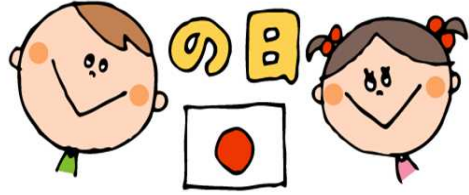
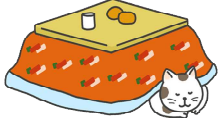


令和6年度
別海町学校給食センター



2がつのこんだて



3日 【 節分メニュー 】 ・しょうゆラーメン 中華麺・豚肉・なると・味付メンマ・長葱・もやし・白菜・人参・醤油ラーメンスープ・鶏ガラ・豚骨・煮干 ・べつかいぎゅうにゅう ・ひじきぎょうざ 幼1個・小中2個 ひじきギョーザ ・こくとうふくまめ 黒糖福豆 	4日 ・ポークカレー 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 ・オレンジゼリー オレンジゼリー   	5日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・えのきとわかめのみそしる えのきたけ・カットわかめ・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 ・だいこんのべっこうに 豚肉・大根・人参・いんげん・焼き竹輪 (N) ・生姜・かつおだし・酒・醤油・三温糖・米油	6日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・もやしのスープ ハム・味付メンマ・もやし・長葱・シャンタン・醤油・食塩・こしょう ・はくさいのちゅうかうまに 鶏肉・白菜・いんげん・緑豆春雨・生姜・にんにく・丸鶏がらスープ・酒・醤油・三温糖・食塩・粗びきこしょう・でん粉・ごま油 ・バンバンジーサラダ ささみフレーク・キャベツ・きゅうり・白ごま・白味噌・米酢・醤油・上白糖・ごま油	7日 ・バターパン ・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・コーンポタージュルウ・玉葱・パセリ・別海バター・別海牛乳・小麦粉・コンソメ・食塩・こしょう ・ミートボールのトマトに ミートボール・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・食塩・こしょう・オリーブ油 ・キャロットサラダ ツナ・人参・玉葱・コーン・粒入りマスタード・米酢・醤油・上白糖・食塩・こしょう・米油
10日 ・おやこうどん うどん・鶏肉・鶏卵・玉葱・ほうれん草・長葱・干椎茸・かつおだし・昆布・めんつゆ・本てり・醤油 ・べつかいぎゅうにゅう ・さつまいもてんぷら さつまいも天ぷら・キャノーラ油 ・おちゃめなだいず お茶目な大豆	11日 建国記念 の日 	12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 豆麴・玉葱・かつおだし・白味噌 ・いわしのうめに いわしの梅煮 ・いそに ひじき・さつま揚げ・つきこん・ごぼう・人参・いんげん・醤油・三温糖・ごま油	13日 ・すきにどん 精白米・豚肉・白滝・焼き豆腐・玉葱・長葱・えのきたけ・酒・本てり・醤油・三温糖・米油・でん粉 ・べつかいぎゅうにゅう ・もやしとしめじのみそしる もやし・しめじ・かつおだし・白味噌 ・マスカットゼリー カラフルゼリー (マスカット) 	14日 【 バレンタインメニュー 】 ・てのばしナン ・べつかいぎゅうにゅう ・カレーシチュー 豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・生姜・にんにく・別海バター・別海牛乳・小麦粉・カレールウ (B) ・コンソメ・食塩・こしょう・米油 ・ハートのコロッケ ハートのコロッケ・キャノーラ油 ・ウイナーとやさいのソテー ウイナー・キャベツ・人参・ピーマン・コンソメ・醤油・食塩・こしょう・米油  
17日 ★スパゲティボロネーゼ スパゲティ・オリーブ油・【ソース】豚肉・オニオンソテー・人参・マッシュルーム・ミックスビーンズ (大豆・金時豆・大福豆) ・トマトペースト・ケチャップ・ウスターソース・コンソメ・三温糖・こしょう・でん粉・米油 ・べつかいぎゅうにゅう ・チーズオムレツ ふんわりチーズオムレツ ・ウエハース (パニラ) 骨にカルシウムウエハース	18日 ・シーフードカレー 精白米・麦・野付産ほたて・シーフードミックス (えび・いか・あさり) ・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 ・やきプリンタルト 焼きプリンタルト 	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・シャンタン・醤油・食塩・こしょう ・ホイコーロー 豚肉・キャベツ・パプリカ・長葱・生姜・にんにく・豆板醤・甜面醤・赤味噌・オイスターソース・酒・醤油・三温糖・ごま油・米油 ・ツナマヨサラダ ツナ・枝豆・きゅうり・コーン・エッグケアマヨネーズ・米酢・醤油・上白糖・食塩	20日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・なめこととうふのみそしる なめこ・豆腐・かつおだし・白味噌 ・さばのしおやき さば・食塩 ・キャベツととりにくのピリからいため 鶏肉・キャベツ・ピーマン・にんにく・赤味噌・豆板醤・酒・醤油・三温糖・米油	21日 ・コッペパン ・べつかいぎゅうにゅう ・ABCスープ ベーコン (N) ・キャベツ・玉葱・人参・コーン・パセリ・アルファベットマカロニ・コンソメ・醤油・食塩・こしょう・米油 ・ポークチャップ 豚肉・玉葱・ピーマン・赤ワイン・ケチャップ・中濃ソース・醤油・三温糖・食塩・こしょう・でん粉・米油 ・ポテトサラダ ポテトサラダ・きゅうり・ハム
24日 天皇誕生日  の振替休日	25日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・ほうれんそうとあぶらあげのみそしる ほうれん草・油揚げ・かつおだし・白味噌 ★しろみざかなフライのあますあんかけ 白身魚フライ・キャノーラ油・【タレ】玉葱・人参・ピーマン・ケチャップ・米酢・本てり・醤油・三温糖・でん粉 ・きりぼしだいこんのふくめに 切干大根・つきこん・さつま揚げ・本てり・醤油・三温糖・米油	26日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・ごもくスープ 味付メンマ・ほうれん草・玉葱・干椎茸・丸鶏がらスープ・コンソメ・醤油・食塩・こしょう ★ヤンニョムチキンふう 鶏肉・コチュジャン・ケチャップ・本てり・醤油・三温糖 ・チョレギサラダ キャベツ・人参・白ごま・刻みのり・醤油・食塩・ごま油	27日 ・あんかけやさいどん 精白米・豚肉・白菜・人参・ピーマン・もやし・たけのこ・生姜・にんにく・オイスターソース・コンソメ・醤油・三温糖・食塩・でん粉・米油 ・べつかいぎゅうにゅう ・じゃがいもとうふのみそしる じゃが芋・豆腐・長葱・かつおだし・白味噌 ・まっちゃプリン 抹茶プリン 	28日 ・かぼちゃパン ・べつかいぎゅうにゅう ・ブラウンシチュー 豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・いんげん・生姜・にんにく・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 ★ミルポテっと ミルポテっと・キャノーラ油 ・ケチャップいため ベーコン (N) ・ツナ・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・醤油・三温糖・食塩
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：597kcal たんぱく質：25.4g 脂質：20.3g	中 エネルギー：631kcal たんぱく質：26.4g 脂質：20.8g	高 エネルギー：666kcal たんぱく質：27.2g 脂質：21.1g	中学 エネルギー：780kcal たんぱく質：31.5g 脂質：23.8g