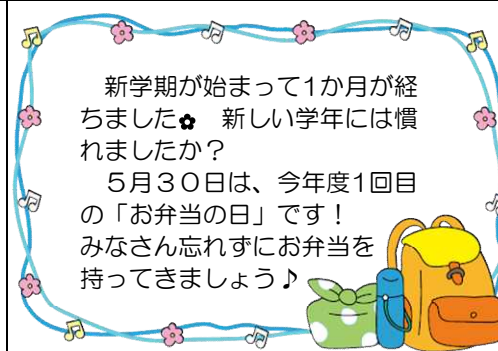
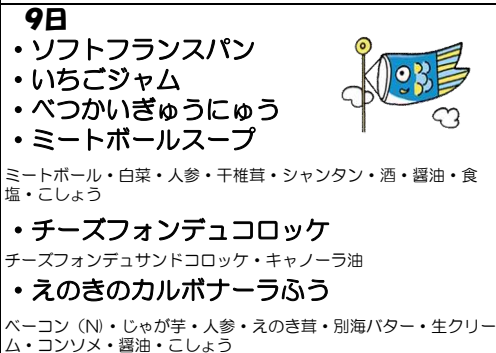
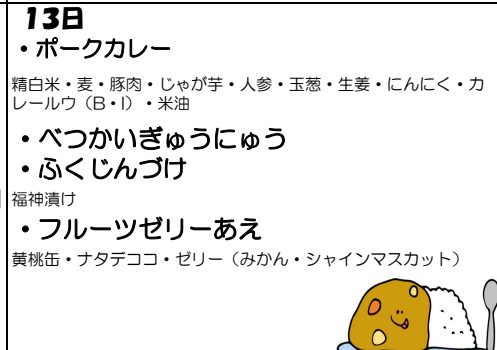
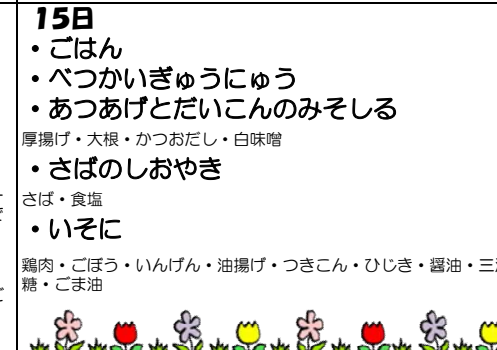
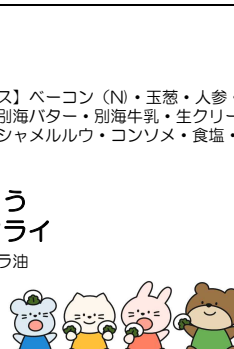
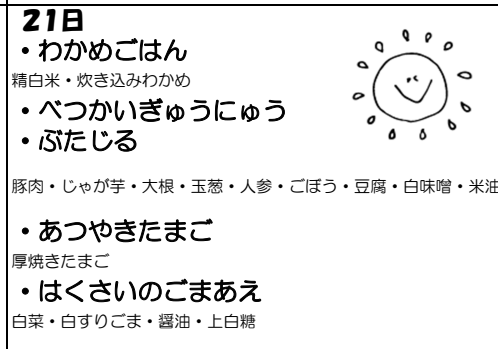
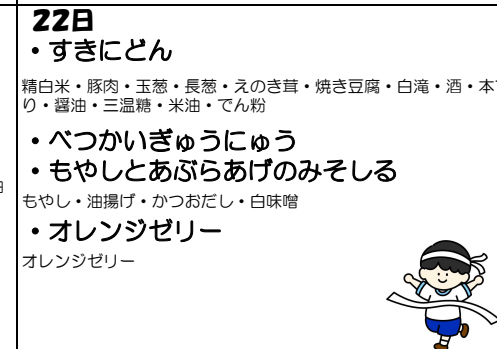
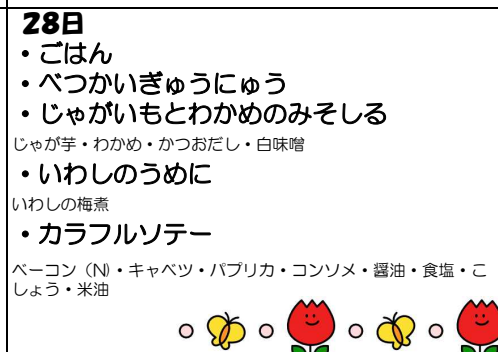


令和7年度 別海町学校給食センター 5がつのこんだて 		新学期が始まって1か月が経ちました❖ 新しい学年には慣れましたか？ 5月30日は、今年度1回目の「お弁当の日」です！ みなさん忘れずにお弁当を持てきましょう♪ 		1日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・こうやどうふとしめじのみそしる 高野豆腐・しめじ・かつおだし・白味噌 ・しょうがやき 豚肉・玉葱・生姜・酒・本てり・醤油・三温糖・米油 ・スパゲティサラダ スパゲティ・ハム・きゅうり・人参・エッグケアマヨネーズ・食塩・こしょう・米油		2日 ・ココアパン ・べつかいぎゅうにゅう ・コーンポタージュ コーンペースト・コーン・コーンポタージュルウ・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 ・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 ・ゆでやさいサラダ キャベツ・きゅうり・パプリカ・サウザンドレッシング			
5日  こともの日		6日  みどりの日 ～振替休日～		7日 ・みそカツどん 精白米・【味噌カツ】お弁当かつ・キャノーラ油・白味噌・赤味噌・酒・本てり・三温糖・白ごま・でん粉・【野菜】キャベツ・白味噌・赤味噌・酒・本てり・三温糖 ・べつかいぎゅうにゅう ・かぼちゃだんごのすましじる ブチかぼちゃもち・玉葱・人参・大根・干椎茸・かつおだし・根昆布・めんつゆ・薄口醤油・本てり・食塩 ・さつまいもスティック さつまいもスティック		8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 ・うまに 鶏肉・ごぼう・人参・れんこん・こんにゃく・干椎茸・なると・本てり・醤油・三温糖・かつおだし・米油 ・えだまめとチキンのサラダ ささみフレーク・キャベツ・きゅうり・枝豆・ドレッシング塩中華・醤油・ごま油		9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 ・ミートボールスープ ミートボール・白菜・人参・干椎茸・ジャンタン・酒・醤油・食塩・こしょう ・チーズフォンデュコロッケ チーズフォンデュサンドコロッケ・キャノーラ油 ・えのきのカルボナーラふう ベーコン（N）・じゃが芋・人参・えのき茸・別海バター・生クリーム・コンソメ・醤油・こしょう 	
12日 ・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 ・しゅうまい 幼1個・小中2個 安心素材肉焼売 ・あおりんごゼリー 青りんごゼリー		13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・カレールーウ（B・I）・米油 ・べつかいぎゅうにゅう ・ふくじんづけ 福神漬け ・フルーツゼリーあえ 黄桃缶・ナタデココ・ゼリー（みかん・シャインマスカット） 		14日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・ワントンスープ ワントン・玉葱・人参・丸鶏がらスープ・醤油・食塩・こしょう ・チンジャオロース 豚肉・ピーマン・パプリカ・竹の子・生姜・にんにく・オイスターソース・ジャンタン・酒・醤油・三温糖・食塩・ごま油・米油・でん粉 ・もやしのナムル ハム・もやし・きゅうり・白ごま・米酢・醤油・上白糖・食塩・ごま油		15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 ・さばのしおやき さば・食塩 ・いそに 鶏肉・ごぼう・いんげん・油揚げ・つきこん・ひじき・醤油・三温糖・ごま油 		16日 ・あげパン ・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 ・ジャーマンポテト ウインナー・じゃが芋・玉葱・にんにく・パセリ・コンソメ・食塩・粗びきこしょう・オリーブ油 ・ツナマヨサラダ ツナ・人参・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	
19日 ・クリームスパゲティ スパゲティ・オリーブ油・【ソース】ベーコン（N）・玉葱・人参・ほうれん草・しめじ・にんにく・別海バター・別海牛乳・生クリーム・小麦粉・シチューミクス・ベシヤメルルウ・コンソメ・食塩・粗びきこしょう ・べつかいぎゅうにゅう ・かぼちゃひきにくフライ カボチャひき肉フライ・キャノーラ油 ・チョコプリン チョコプリン 		20日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・はるさめスープ ハム・青梗菜・えのき茸・春雨・ジャンタン・醤油・食塩・こしょう・でん粉 ・ちゅうかいため 豚肉・玉葱・人参・いんげん・生姜・オイスターソース・ジャンタン・酒・醤油・三温糖・ごま油・米油 ・たたききゅうり きゅうり・白ごま・粉唐辛子・醤油・上白糖・ごま油		21日 ・わかめごはん 精白米・炊き込みわかめ ・べつかいぎゅうにゅう ・ぶたじる 豚肉・じゃが芋・大根・玉葱・人参・ごぼう・豆腐・白味噌・米油 ・あつやきたまご 厚焼きたまご ・はくさいのごまあえ 白菜・白すりごま・醤油・上白糖 		22日 ・すきにどん 精白米・豚肉・玉葱・長葱・えのき茸・焼き豆腐・白滝・酒・本てり・醤油・三温糖・米油・でん粉 ・べつかいぎゅうにゅう ・もやしとあぶらあげのみそしる もやし・油揚げ・かつおだし・白味噌 ・オレンジゼリー オレンジゼリー 		23日 ・バターパン ・べつかいぎゅうにゅう ・クリームシチュー 豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・ほうれん草・別海バター・別海牛乳・小麦粉・コンソメ・食塩・こしょう ・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・コンソメ・三温糖・食塩 ・こまつなとコーンのソテー ウインナー・小松菜・コーン・コンソメ・醤油・食塩・こしょう・米油	
26日 ・ごもくうどん うどん・なると・油揚げ・鶏肉・人参・長葱・小松菜・干椎茸・かつおだし・めんつゆ・本てり・醤油・食塩 ・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 ・やきプリンタルト 焼きプリンタルト 		27日 ・ハヤシライス 精白米・麦・豚肉・じゃが芋・人参・玉葱・生姜・にんにく・ハヤシフレーク・ウスターソース・ケチャップ・赤ワイン・コンソメ・ブルーンエキス・カレー粉・カレールーウ（D）・醤油・三温糖・米油 ・べつかいぎゅうにゅう ・オーロラサラダ キャベツ・きゅうり・コーン・ハム・エッグケアマヨネーズ・ケチャップ・食塩・こしょう ・スティックチーズ スティックチーズ		28日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・じゃがいもとわかめのみそしる じゃが芋・わかめ・かつおだし・白味噌 ・いわしのうめに いわしの梅煮 ・カラフルソテー ベーコン（N）・キャベツ・パプリカ・コンソメ・醤油・食塩・こしょう・米油 		29日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・こまつなととうふのみそしる 小松菜・豆腐・かつおだし・白味噌 ・とりとがんものみそに 鶏肉・がんも・こんにゃく・生姜・赤味噌・酒・醤油・三温糖・米油 ・かみかみこんさいサラダ 人参・きゅうり・ごぼう・れんこん・胡麻ドレッシング		30日 お弁当の日 別海牛乳がつかます☆ 	
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。		低 エネルギー：593kcal たんぱく質：24.9g 脂質：20.2g		中 エネルギー：627kcal たんぱく質：25.8g 脂質：20.5g		高 エネルギー：660kcal たんぱく質：26.6g 脂質：20.8g		中学 エネルギー：781kcal たんぱく質：31.0g 脂質：23.7g	