

平成29年度

7月のこんだて

別海町学校給食センター

3日 ・ひやしラーメン Pひやしちゅうかスープ 中華麺・錦糸卵・きゅうり・人参・もやし・ハム ・べっかいぎゅうにゅう ・ぎょうざ 幼小2個・中3個 ぎょうざ ・むらさきいもチップス 紫芋チップス Lucky ラッキー20	4日 ・ごはん ・べっかいぎゅうにゅう ・たまねぎとはくさいのみそしる 玉ねぎ・白菜・かつおだし・白味噌 ・やきにく 豚肉・ピーマン・もやし・きゃべつ・焼肉のたれ・米油 ・こまつなとちくわのおかかあえ 小松菜・焼き竹輪・かつお節・醤油	5日 ・ごはん ・べっかいぎゅうにゅう ・ワントンスープ ワントン・玉ねぎ・人参・醤油・シャンタン・塩・こしょう ・えびフライ Pしょうゆ 幼1本・小中2本 えびフライ・米油 ・かいそうサラダ 海藻ミックス・きゅうり・きゃべつ・黄ピーマン・中華ドレッシング	6日 ・ごはん ・べっかいぎゅうにゅう ・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 ・とりとがんものごまみそに 鶏肉・こんにゃく・生姜・豆乳丸揚げ・醤油・三温糖・酒・赤味噌・白ごま・米油 ・ゆかりあえ きゃべつ・人参・きゅうり・ゆかり	7日 <セタこんだて> ・ココアパン ・べっかいぎゅうにゅう ・あまのがわスープ 春雨・星型人参・ベーコン・玉ねぎ・コーン・醤油・シャンタン・塩・こしょう ・ほしがたハンバーグ 星型ハンバーグ・醤油・三温糖・本てり・でん粉 ・ほうれんそうのコーンソテー ほうれん草・ミックスベジタブル・別海バター・塩・こしょう・醤油 ・たなばたゼリー セタゼリー ☆型の人参が入っているよ！ Lucky ラッキー20	
(小)640kcal たんぱく24.3g (中)777kcal たんぱく29.6g	(小)611kcal たんぱく21.2g (中)764kcal たんぱく25.5g	(小)665kcal たんぱく20.3g (中)799kcal たんぱく23.0g	(小)687kcal たんぱく29.5g (中)860kcal たんぱく35.8g	(小)616kcal たんぱく24.7g (中)795kcal たんぱく32.1g	
10日 ・ごもくうどん うどん・なると・豚肉・干椎茸・人参・長ねぎ・小松菜・めんつゆ・本てり・醤油・塩・かつおだし ・べっかいぎゅうにゅう ・カレーコロッケ カレーコロッケ・米油 ・ストロベリーカスターダルト ストロベリーカスターダルト Lucky ラッキー20	11日 ・ごはん ・べっかいぎゅうにゅう ・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 ・いりどり 鶏肉・人参・蓮根・こんにゃく・枝豆・干椎茸・なると・醤油・三温糖・かつおだし・本てり・酒・米油 ・さっぱりあえ 大根・きゅうり・人参・青じそドレッシング Lucky ラッキー20	12日 <べっかいぎゅうしょく> ・あんかけほたてどん 精白米・野付産ほたて・白菜・ピーマン・人参・竹の子・生姜・にんにく・もやし・オイスターソース・醤油・チキンコンソメ・三温糖・塩・でん粉・米油 ・べっかいぎゅうにゅう ・はるまき 春巻き・米油 ・べつかいのアイスクリーム 別海のアイスクリーム屋さん（パニラ） Lucky ラッキー20	13日 ・ごはん ・べっかいぎゅうにゅう ・だいこんはととうふのみそしる 大根菜・豆腐・かつおだし・白味噌 ・じゃがいもとぶたにくのなんばんに じゃがいも・豚肉・玉ねぎ・人参・牛蒡・いんげん・つきこん・生姜・本てり・三温糖・醤油・赤味噌・豆板醤・唐辛子粉・米油 ・みそマヨサラダ きゃべつ・焼き竹輪・人参・エッグケアマヨネーズ・白味噌・醤油	14日 ・ミルクパン ・べっかいぎゅうにゅう ・コーンスープ コーン・コーンピューレ・玉ねぎ・別海牛乳・別海バター・生クリーム・クリームコーン缶・小麦粉・チキンコンソメ・塩・こしょう・パセリ ・たらのトマトソースやき たららのトマトソース焼き ・やさいソテー 小松菜・ハム・きゃべつ・黄ピーマン・オイスターソース・醤油・チキンコンソメ・こしょう・米油 骨に注意して、食べましょう！	
(小)665kcal たんぱく24.1g (中)766kcal たんぱく27.9g	(小)582kcal たんぱく21.1g (中)728kcal たんぱく25.3g	(小)737kcal たんぱく20.1g (小)898kcal たんぱく23.6g	(小)615kcal たんぱく22.4g (中)770kcal たんぱく26.9g	(小)630kcal たんぱく32.2g (中)778kcal たんぱく37.9g	
17日 うみ ひ 海の日 Lucky ラッキー20	18日 ・ごはん ・べっかいぎゅうにゅう ・ぐだくさんみそしる 干椎茸・牛蒡・長ねぎ・ほうれん草・豆腐・かつおだし・白味噌 ・さんまおかかに さんまおかか煮 ・いそに ひじき・つきこん・蓮根・油揚げ・人参・醤油・三温糖・ごま油	19日 ・チキンカレー 精白米・麦・鶏肉・じゃがいも・人参・生姜・玉ねぎ・にんにく・カレールウ・米油・チャツネ ・べっかいぎゅうにゅう ・ふくじんづけ 福神漬け ・みかんづくしあえ スイーツ（みかん味）・別海牛乳・みかん缶・みかんゼリー Lucky ラッキー20	20日 ・ごはん ・べっかいぎゅうにゅう ・いとかまスープ 糸かまぼこ・干椎茸・白菜・玉ねぎ・人参・鶏ガラスープ・チキンコンソメ・塩・こしょう・醤油 ・とりのからあげ 鶏のから揚げ・米油 ・だいこんキムチあえ 大根・白菜キムチ・人参・塩・ごま油・白ごま 幼小2個・中3個 Lucky ラッキー20	21日 ・ソフトフランスパン ブルーベリージャム ・べっかいぎゅうにゅう ・オニオンスープ 玉ねぎ・チキンコンソメ・別海バター・塩・パセリ ・やさいとウインナーのトマトに ウインナー・玉ねぎ・じゃがいも・ピーマン・ケチャップ・ウスターソース・三温糖・オリーブ油・塩・こしょう ・チキンサラダ ささみ・きゃべつ・人参・コーン・粒マスタード・米油・塩・こしょう・レモン果汁・りんご酢・白ごま	
(小)656kcal たんぱく24.6g (小)785kcal たんぱく27.7g	(小)723kcal たんぱく21.0g (中)900kcal たんぱく25.2g	(小)576kcal たんぱく22.9g (中)752kcal たんぱく29.7g	(小)614kcal たんぱく24.2g (中)758kcal たんぱく29.7g		
24日 ・ナポリタンスパゲティ スパゲティ・豚肉・玉ねぎ・人参・青ピーマン・マッシュルーム・にんにく・ケチャップ・中濃ソース・トマトソース・ウスターソース・赤ワイン・三温糖・チキンコンソメ・塩・こしょう・米油 ・べっかいぎゅうにゅう ・かぼちゃコロッケ かぼちゃコロッケ・米油 ・とうふのチーズケーキ 豆腐のチーズケーキ Lucky ラッキー20	25日 ・ソースやきそば 焼きそば麺・豚肉・人参・玉ねぎ・きゃべつ・もやし・干しエビ・粉末ソース・オイスターソース・シャンタン・ウスターソース・中濃ソース・塩・こしょう・米油 ・べっかいぎゅうにゅう ・ごもくパオズ 五目包子・米油 ・スイカ スイカ	12日に“べつかいのアイスクリーム”の登場！ 今年度も別海町の農家に交付されている「中山間交付金」により、“べつかいのアイスクリーム”が給食に登場します。別海町の酪農家（別海町集落）の方々の「別海産の牛乳や乳製品をみなさんに食べてほしい！」「良さや素晴らしさを知ってもらいたい！」という思いから、提供していただいています。感謝の気持ちを忘れずに、いただきます。*			【ラッキーデー】 かたぬきしたしゃくさい型抜きた食材が、20個入っています。あたった人は…ラッキー！素敵な1日になるといいですね★ Lucky ラッキー20
(小)633kcal たんぱく21.7g (中)769kcal たんぱく25.8g	(小)725kcal たんぱく21.5g (中)903kcal たんぱく25.7g				