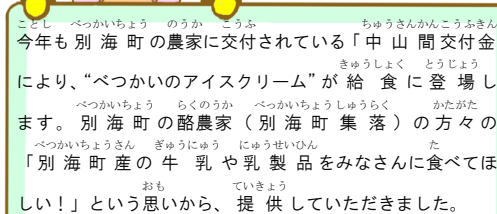


平成30年度

7月のこんだて

別海町学校給食センター

2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 ・べつかいぎゅうにゅう ・あおのりポテト フライドポテト・米油・青のり・塩 ・ハニーピーナッツ ハニーピーナッツ 	3日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・ぐだくさんみそしる 干椎茸・牛蒡・長ねぎ・ほうれん草・じゃが芋・かつおだし・白味噌 ・たらのしおだれやき たらの塩だれ焼き ・やさしいため 豚肉・もやし・いんげん・焼き竹輪・人参・玉ねぎ・醤油・コンソメ・三温糖・こしょう・米油	4日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・ちゅうかふうスープ えのき茸・人参・玉ねぎ・シャンタン・醤油・塩・こしょう ・ホイコーロー 豚肉・きゃべつ・パプリカ・長ねぎ・にんにく・生姜・醤油・赤味噌・甜麺醤・豆板醤・三温糖・酒・オイスターソース・ごま油・米油 ・ちゅうかドレッシングあえ ブロッコリー・ささみ・人参・中華ドレッシング・白ごま	5日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・きゃべつとにんじんのみそしる きゃべつ・人参・かつおだし・白味噌 ・いりどり 鶏肉・牛蒡・人参・蓮根・こんにゃく・干椎茸・枝豆・なると・醤油・三温糖・本てり・酒・かつおだし・米油 ・はくさいのごまあえ 白菜・もやし・白ごま・上白糖・醤油 	6日 ・しょくパン クリームゴールド ・べつかいぎゅうにゅう ・コーンスープ コーン・コーンペースト・玉ねぎ・別海牛乳・別海バター・生クリーム・ポタージュルウ・小麦粉・コンソメ・塩・こしょう・パセリ ・フレークのせチキン 鶏肉・塩・こしょう・エッグケアマヨネーズ・コーンフレーク ・ラタトゥイユ ズッキーニ・玉ねぎ・パプリカ・人参・にんにく・コンソメ・白ワイン・トマト缶・三温糖・塩・こしょう・ケチャップ・醤油
(小)803kcal たんぱく26.2g (中)951kcal たんぱく30.8g	(小)573kcal たんぱく26.4g (中)718kcal たんぱく31.9g	(小)587kcal たんぱく24.7g (中)735kcal たんぱく29.8g	(小)590kcal たんぱく21.6g (中)739kcal たんぱく26.0g	(小)793kcal たんぱく30.5g (中)972kcal たんぱく37.5g
9日 <たなばたこんだて> ・にゅうめん 冷麦・鶏肉・人参・長ねぎ・小松菜・なると・オクラ・干椎茸・醤油・本てり・めんつゆ・かつおだし・塩 ・べつかいぎゅうにゅう ・えびいかかきあげ えびいかかき揚げ・米油 ・なしゼリー 梨ゼリー 	10日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・いもだんごじる いも餅・牛蒡・鶏肉・人参・大根・干椎茸・長ねぎ・醤油・めんつゆ・かつおだし・塩・米油 ・とうふのハンバーグ(あんかけ) 豆腐入り鶏つくね・醤油・酒・三温糖・本てり・でん粉 ・だいこんときゅうりのひたひた きゅうり・大根・人参・薄口醤油・上白糖・米酢・ごま油・かつお節・一味唐辛子	11日 <べつかいぎゅうしょく> ・ほたてののどろあまからどん 精白米・野付産ほたて・豚肉・干椎茸・ほうれん草・玉ねぎ・人参・醤油・三温糖・酒・でん粉・ごま油・本てり ・べつかいぎゅうにゅう ・たくあんあえ たくあん・きゅうり・醤油・ごま油・白ごま ・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(バナラ)	12日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・おろしじる 鶏肉・大根おろし・人参・長ねぎ・じゃが芋・ぶなしめじ・醤油・めんつゆ・塩・かつおだし・米油 ・さんまのたつたあげ さんまの竜田揚げ・米油 ・ごもくに こんにゃく・焼き竹輪・人参・竹の子・大豆・三温糖・醤油・本てり・米油 	13日 ・ココアパン ・べつかいぎゅうにゅう ・コンソメスープ じゃが芋・玉ねぎ・人参・ベーコン・チキンコンソメ・塩・こしょう ・ミートボールトマトに ミートボール・きゃべつ・グリーンピース・ケチャップ・ウスターソース・三温糖・塩・こしょう・オリーブ油 ・こまつなサラダ 小松菜・コーン・醤油・上白糖・塩・米酢・米油
(小)664kcal たんぱく25.2g (中)749kcal たんぱく28.8g	(小)645kcal たんぱく21.8g (中)781kcal たんぱく24.7g	(小)766kcal たんぱく30.6g (小)919kcal たんぱく36.5g	(小)703kcal たんぱく24.5g (中)899kcal たんぱく31.1g	(小)603kcal たんぱく25.7g (中)763kcal たんぱく32.0g
16日 うみ 海の日 	17日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・わかめスープ わかめ・玉ねぎ・シャンタン・白ごま・塩・こしょう・醤油 ・しゅうまい 幼2個・小中3個 肉焼売 ・はるさめソテー 豚肉・春雨・きゃべつ・ぶなしめじ・エリンギ・パプリカ・にんにく・三温糖・ごま油・塩ドレッシング 	18日 ・チキンカレー 精白米・麦・鶏肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・生姜・にんにく・カレールウ・米油 ・べつかいぎゅうにゅう ・ふくじんづけ 福神漬け ・フルーツあんじん 杏仁豆腐・パイナップル・白桃缶・みかんゼリー・キウイ 	19日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・だいこんとあつあげのみそしる 大根・厚揚げ・かつおだし・白味噌 ・ぶたのしょうがやき 豚肉・玉ねぎ・生姜・酒・醤油・三温糖・本てり・米油 ・にんじんとツナのサラダ 人参・玉ねぎ・ツナ・米酢・米油・粒マスタード・上白糖・醤油・塩・こしょう	20日 ・コッペパン ・べつかいぎゅうにゅう ・はくさいのクリームに 鶏肉・白菜・玉ねぎ・人参・コーン・白ワイン・マカロニ・小麦粉・別海バター・別海牛乳・塩・こしょう・コンソメ ・エビカツ タルタルソース エビカツ・米油 ・ジャーマンポテト じゃが芋・玉ねぎ・ベーコン・別海バター・塩・粗挽きこしょう・コンソメ・にんにく・パセリ
(小)618kcal たんぱく19.2g (小)795kcal たんぱく23.8g	(小)599kcal たんぱく13.9g (中)779kcal たんぱく18.0g	(小)613kcal たんぱく27.6g (中)768kcal たんぱく33.4g	(小)791kcal たんぱく30.0g (中)991kcal たんぱく38.7g	
23日 ・ナポリタンスパゲティ スパゲティ・米油・玉ねぎ・ピーマン・人参・マッシュルーム・にんにく・豚肉・ベースソース・トマトソース・ケチャップ・中濃ソース・ウスターソース・赤ワイン・三温糖・コンソメ・塩・こしょう ・べつかいぎゅうにゅう ・かぼちゃコロッケ かぼちゃコロッケ・米油 ・レモンカスタードタルト レモンカスタードタルト (小)676kcal たんぱく21.8g (中)813kcal たんぱく25.9g	24日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・かきたまじる 鶏卵・玉ねぎ・白味噌・かつおだし ・さばのみそに さばの味噌煮 ・ひじきのいために ひじき・鶏肉・さつま揚げ・人参・牛蒡・つきこん・醤油・本てり・三温糖・かつおだし・米油・ごま油 	25日 ・オムライス デミグラスソースがけ 精白米・ケチャップライスの素・薄焼き卵・(玉ねぎ・ぶなしめじ・ケチャップ・赤ワイン・三温糖・ウスターソース・デミグラスソース・コンソメ・塩・こしょう・米油) ・べつかいぎゅうにゅう ・ポトフ じゃが芋・きゃべつ・玉ねぎ・人参・ウインナー・チキンコンソメ・塩・こしょう ・とうにゅうプリン 豆乳プリン 	11日にべつかいアイスクリーム登場！  バナラ味がです♪ お楽しみに*  【ラッキーデー】  かたぬ 型抜きした食材が、 20人入っています。 あたった人は… ラッキー！ 素敵な1日になると いいですね*	
(小)676kcal たんぱく21.8g (中)813kcal たんぱく25.9g	(小)704kcal たんぱく29.0g (中)841kcal たんぱく32.7g	(小)759kcal たんぱく24.0g (中)921kcal たんぱく27.8g		