

平成30年度 別海町学校給食センター 2月のこんだて ♡ 2月は節分とバレンタイン献立があります！ ♡♡♡♡ 2月は、5日に「節分献立」、14日に「バレンタイン献立」を実施します。 節分献立のメインは、手巻きすしです！具材は、そぼろとツナマヨ、納豆の3種類 ありますので、上手に巻いて食べてくださいね。また、節分豆も出ますよ！ バレンタイン献立では、サラダにハート形人参を使い、デザートはエクレアです！ ささやかですが、行事の雰囲気味わってくださいね＊		～「まごわ(は)やさしいコンテスト」レシピ取り入れのご案内～ 今年度は応募のあった中から、給食で提供ができそうなレシピを今月と3月に取り入れていきます！ (献立表では、♡マーク♡が目印です。) 2月15日に登場！ ♡中西別小学校 6年1組 近津 花さん「野菜のミルクスープ」 じゃが芋、人参、玉ねぎ、ほうれん草に別海の牛乳とバターをたっぷり使ったスープです！ ♡上春別小学校 6年1組 佐々木 陽菜さん「新ゴボウパセリいため」 ごぼう、ベーコンを塩こしょう、別海のバターで炒めました！ (給食では、コーンとコンソメをプラスしています。) 2月27日に登場！ ♡西春別小学校 3年1組 鈴木 結愛さん「エビ野さいカレー」 別海の特産品である、「北海シマエビ」と野菜たっぷりのカレーを組み合わせました！ (給食で使用するエビは、北海シマエビではありません。) お楽しみに！ ♪あんない		1日 ・こくとうパン ・べつかいぎゅうにゅう ・とりにくとえのきのスープ 鶏肉・人参・えのき茸・小松菜・ジャンタン・醤油・塩・米油 ・チリコンカン 豚肉・にんにく・玉ねぎ・人参・グリーンピース・マッシュルーム・トマト缶・ミックスビーンズ・塩・こしょう・チリパウダー・ケチャップ・中濃ソース・トマトピューレ・米油 ・イタリアンサラダ ハム・きゃべつ・きゅうり・パプリカ・米油・米酢・上白糖・塩・こしょう	
4日 ・ごもくうどん うどん・なると・油揚げ・鶏肉・人参・長ねぎ・ほうれん草・干椎茸・めんつゆ・本てり・かつおだし・醤油・塩 ・べつかいぎゅうにゅう ・さつまいものてんぷら さつまいものてんぷら・米油 ・みかん みかん	5日 せつぶんこんだて ・てまきすし(そぼろ・ツナマヨ・なっとう) 精白米・手巻き用のり・(豚肉・グリーンピース・生姜・醤油・三温糖・酒・本てり・米油)・(きゅうり・ツナ・エッグケアマヨネーズ)・スティック納豆 ・べつかいぎゅうにゅう ・いもだんごじる 芋もち・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 ・せつぶんまめ 節分豆 Lucky ラッキー20	6日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・ぐだくさんみそしる 油揚げ・人参・白菜・豆腐・かつおだし・白味噌 ・さばしょうゆみりんやき さば醤油みりん焼き ・ごもくに こんにゃく・焼き竹輪・人参・さつま揚げ・蓮根・三温糖・醤油・本てり・米油	7日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・ちゅうかスープ ぶなしめじ・鶏肉・人参・大根葉・塩・こしょう・ジャンタン・醤油 ・すぶた ミートボール・干椎茸・竹の子・玉ねぎ・人参・ピーマン・ケチャップ・オイスターソース・三温糖・醤油・酒・リンゴ酢・米油・でん粉・塩 ・だいこんサラダ 大根・きゅうり・人参・パンロンツァイ Lucky ラッキー20	8日 ・ココアパン ・べつかいぎゅうにゅう ・ミネストローネ ベーコン・人参・玉ねぎ・じゃが芋・マカロニ・トマト缶・にんにく・米油・コンソメ・塩・こしょう・三温糖 ・タンドリーチキン 鶏肉・人参・ヨーグルト・ケチャップ・ウスターソース・塩・カレー粉 ・きゃべつとコーンのソテー きゃべつ・もやし・コーン・ミックスベジタブル・醤油・コンソメ・塩・こしょう	
11日 建国記念の日 建国記念の日 の国	12日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・たまねぎとふのみそしる 玉ねぎ・麩・かつおだし・白味噌 ・じゃがそぼろ 豚肉・白滝・米油・じゃが芋・人参・枝豆・醤油・三温糖・本てり・生姜 ・たくあんあえ たくあん・きゅうり・醤油・ごま油・白ごま Lucky ラッキー20	13日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・ほうれんそうとにんじんのみそしる ほうれん草・人参・油揚げ・かつおだし・白味噌 ・わふうハンバーグ ハンバーグ・大根おろし・本てり・醤油・上白糖・酒・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・干椎茸・人参・米油・三温糖・醤油	14日 バレンタインこんだて ・ハヤシライス 精白米・麦・豚肉・じゃが芋・人参・生姜・玉ねぎ・にんにく・ハヤシフレック・ウスターソース・ケチャップ・米油・赤ワイン・コンソメ・醤油・三温糖・フルーン・カレー粉・カレーパウダー ・べつかいぎゅうにゅう ・バレンタインサラダ ブロッコリー・ツナ・パプリカ・人参・和風ドレッシング ・いちごムース いちごムース ハートの人参が入っているよ！ ♡♡♡♡♡	15日 ・コッペパン ・べつかいぎゅうにゅう ♡やさいのミルクスープ♡ 鶏肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・ほうれん草・別海バター・別海牛乳・コンソメ・塩・こしょう ・しろみざかなのカリカリフライ 白身魚のカリカリフライ・米油 ♡ごぼうのパセリいため♡ 牛蒡・ベーコン・コーン・別海バター・コンソメ・塩・こしょう・パセリ	
18日 ・やさいたっぷりみそラーメン 中華麺・豚肉・なると・長ねぎ・もやし・きゃべつ・玉ねぎ・人参・メンマ・ラーメンスープ味噌・鶏ガラ・豚骨・煮干し・塩 ・べつかいぎゅうにゅう ・エビかいせんぎょうざ エビ海鮮餃子 ・エクレア エクレア 幼小2個・中3個 Lucky ラッキー20	19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・長ねぎ・わかめ・白味噌・かつおだし ・チキンなんばんふう 鶏天・米油・醤油・三温糖・リンゴ酢 Pタルタルソース ・こまつなのじゃこいため 小松菜・人参・ちりめんじゃこ・もやし・塩・ごま油・醤油・白ごま	20日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・ワンタンスープ ワンタン皮・玉ねぎ・人参・生姜・醤油・丸鶏ガラスープの素・塩・こしょう・ごま油・白ごま・米酢 ・ホイコーロー 豚肉・きゃべつ・パプリカ・玉ねぎ・にんにく・生姜・醤油・赤味噌・甜麺醬・三温糖・酒・オイスターソース・ごま油・豆板醤 ・もやしのナムル もやし・きゅうり・ハム・醤油・米酢・ごま油・塩・上白糖	21日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・けんちんじる 大根・人参・ごぼう・干椎茸・豆腐・油揚げ・醤油・めんつゆ・塩・かつおだし・米油 ・いわしのみぞれに いわしのみぞれ煮 ・だいこんとこんにゃくのそぼろに 大根・豚肉・こんにゃく・人参・いんげん・生姜・醤油・酒・本てり・三温糖・米油	22日 ・ミルクパン ピーナッツクリーム ・べつかいぎゅうにゅう ・コンソメスープ ウインナー・白菜・玉ねぎ・人参・コンソメ・塩・こしょう ・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・あらびきこしょう・パセリ・コンソメ・にんにく ・えだまめとチキンのサラダ 枝豆・きゃべつ・きゅうり・ささみ・ごまドレッシング	
25日 ・ミートソーススパゲティ スパゲティ・オリーブ油・オニオンダイスソテー・マッシュルーム・玉ねぎ・人参・豚肉・にんにく・ミートソース・ケチャップ・デミグラスソース・ウスターソース・米油・塩・こしょう・三温糖 ・べつかいぎゅうにゅう ・やさいコロッケ 野菜コロッケ・米油 ・とっととチーズ とっととチーズ	26日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・もやしとだいこんはのみそしる もやし・大根葉・かつおだし・白味噌 ・やさいのいりに 鶏肉・牛蒡・じゃが芋・こんにゃく・人参・大根・干椎茸・大福豆・三温糖・醤油・酒・めんつゆ・米油 ・ゆかりあえ きゃべつ・きゅうり・人参・ゆかり	27日 ♡エビやさいカレー♡ 精白米・麦・えび・じゃが芋・人参・玉ねぎ・ほうれん草・白菜・にんにく・生姜・カレーパウダー・米油 ・べつかいぎゅうにゅう ・ふくじんづけ 福神漬 ・フルーツヨーグルト みかん・白桃・パイン・ぶどうゼリー・はちみつレモンゼリー・別海ヨーグルト Lucky ラッキー20	28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 ・さんまのたつたあげ さんまの竜田揚げ ・きんぴらごぼう 牛蒡・人参・つきこん・豚肉・米油・ごま油・白ごま・三温糖・醤油・酒・本てり	【ラッキーデー】 Lucky ラッキー20 型抜きした食材が、 20個入っています。 当たった人は… ラッキー！ 素敵な1日になると いいですね＊	
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：614kcal たんぱく質：23.5g 脂質：20.4g	中 エネルギー：649kcal たんぱく質：24.3g 脂質：20.6g	高 エネルギー：683kcal たんぱく質：25.1g 脂質：20.8g	中学 エネルギー：813kcal たんぱく質：29.4g 脂質：24.2g

＊給食費は未払いのないようにお願いします。