

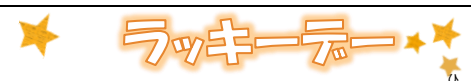
2019年度

別海町学校給食センター

2月のこんだて



みなさんの学校へ授業に行くと「カレーの回数を増やしてほしい！」との声がたくさん寄せられたので2月からカレーの回数を2回にする予定です☆みなさん残さずたくさん食べてくださいね♪



このマークがついた日のどこかに、型抜きした食材が20個だけ入っているよ！確率は約1800分の20！！当たった人はラッキー☆

3日 《せつぶんこんだて》

・ごもくうどん

うどん・豚肉・なると・油揚げ・干椎茸・人参・小松菜・長ねぎ・めんつゆ・本てり・醤油・かつおだし・塩

・べつかいぎゅうにゅう

かぼちゃコロッケ

・せつぶんまめ

節分福豆

4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・玉ねぎ・白いりごま・醤油・シャンタン・塩・こしょう

・やきにく

豚肉・ピーマン・もやし・キャベツ・酒・焼き肉のたれ・米油

・きりぼしだいこんナムル

切干大根・人参・ほうれん草・白いりごま・醤油・上白糖・米酢・塩・ごま油

5日

・さけわかめごはん 精白米・炊き込み紅鮭わかめ

・べつかいぎゅうにゅう

・さかなのつみれじる

いわしつみれ・ほっけつみれ・白菜・ごぼう・大根・長ねぎ・かつおだし・白味噌

・あつやきたまご

厚焼き玉子

・だいずのいそに

大豆・ひじき・つきこん・油揚げ・人参・醤油・三温糖・本てり・米油

6日

・ごはん

・べつかいぎゅうにゅう

・えのきとあぶらあげのみそしる

えのきたけ・油揚げ・かつおだし・白味噌

・じゃがそばろ

豚肉・白滝・じゃが芋・人参・いんげん・生姜・醤油・三温糖・本てり・米油

・キャベツのみそあえ

キャベツ・もやし・白味噌・上白糖・本てり・一味唐辛子

7日

・しょくパン スライスチーズ

・べつかいぎゅうにゅう

・コンソメスープ

ウインナー・キャベツ・玉ねぎ・人参・コンソメ・塩・こしょう

・ハンバーグ（ケチャップソース）

ハンバーグ・ケチャップ・中濃ソース・トマトソース・上白糖

・こまつなとコーンのソテー

小松菜・ホールコーン・ベーコン・コンソメ・醤油・塩・こしょう

チーズバーガーにして食べよう！

10日

・スパカツふう

スパゲティ・豚肉・玉ねぎ・人参・にんにく・オニオンダイスソーダー・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・三温糖・塩・こしょう・米油・オリーブ油

・べつかいぎゅうにゅう

・チキンカツ

チキンカツ・米油

・とうにゅうプリン

国産豆乳プリン

11日

建国記念の日

12日

・ごはん

・べつかいぎゅうにゅう

・はくさいスープ

白菜・干椎茸・シャンタン・醤油・塩・こしょう

・ゴマだれにくだんご 幼少2個・中3個

ゴマだれ肉団子

・マーボーだいこん

豚肉・大根・長ねぎ・生姜・にんにく・醤油・酒・コンソメ・三温糖・豆板醤・片栗粉・米油・ごま油

13日

・ポークカレー

精白米・麦・豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・生姜・にんにく・米油・カレールー（B・I）

・べつかいぎゅうにゅう

・ふくじんづけ

福神漬

・フルーツゼリーあえ

白桃缶・みかん缶・パイナップル・アレンジダイゼリー（ぶどう・シャインマスカット）

14日 《バレンタインこんだて》

・ミルクパン チョコクリーム

・べつかいぎゅうにゅう

・やさしいスープ

ほうれん草・玉ねぎ・人参・ホールコーン・コンソメ・塩・こしょう

・ミートボールのトマト煮

ミートボール・キャベツ・玉ねぎ・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

・かぼちゃサラダ

パンプキンサラダ

17日

・みそやさいラーメン

中華麺・豚肉・なると・キャベツ・玉ねぎ・人参・もやし・味付メソ・鶏ガラ・豚骨・煮干・味噌ラーメンスープ・塩

・べつかいぎゅうにゅう

・あげきょうざ 幼小2個・中3個

米粉餃子・米油

・ごまなしアーモンドミニフィッシュ

ごまなしアーモンドミニフィッシュ

18日

・ぶたひじきどん

精白米・豚肉・玉ねぎ・人参・ひじき・ホールコーン・にんにく・生姜・酒・赤味噌・醤油・三温糖・本てり・片栗粉・米油

・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

・ゆかりあえ

キャベツ・きゅうり・人参・ゆかり

19日

・ごはん

・べつかいぎゅうにゅう

・わかめとこうやどうふのみそしる

カットわかめ・高野豆腐・かつおだし・白味噌

・ささみフライ 幼少2個・中3個

薫るレモンのささみフライ・米油

・ピリからいたため

豚肉・キャベツ・ピーマン・にんにく・赤味噌・酒・三温糖・醤油・豆板醤・米油

20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・かつおだし・白味噌

・しょうがやき

豚肉・玉ねぎ・生姜・酒・醤油・三温糖・本てり・米油

・ピーナッツあえ

小松菜・人参・粉ピーナッツ・上白糖・醤油

21日

・コッペパン

・べつかいぎゅうにゅう

・ブラウンシチュー

豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・いんげん・にんにく・生姜・赤ワイン・トマトピューレ・コンソメ・ビーフシチュールー・生クリーム

・しろみざかなのハーブやき

たら・ハーブシーズニング・塩・オリーブ油

・カラフルソテー

ベーコン・キャベツ・パプリカ（赤・黄）・醤油・コンソメ・塩・こしょう・米油

25日は♡べつかいぎゅうしゅ♡

2月15日（火）は、別海給食です。今回は、野付産のほたてを使った「ホタテカレー」と別海の牛乳で作った乳業興社さんの「アイスクリーム」が出ます！アイスクリームはなんと！3月にも登場します。次回は何か・・・お楽しみに☆

「アイスクリーム」は別海町集落さんから提供していただきました。

25日 《べつかいぎゅうしゅ》

・ホタテカレー

精白米・麦・野付産ほたて・じゃが芋・玉ねぎ・人参・生姜・にんにく・米油・カレールー（B・I）

・べつかいぎゅうにゅう

・ふくじんづけ

福神漬

・べつかいのアイスクリーム

べつかいのアイスクリーム屋さん（パニラ）

26日

・ごはん

・べつかいぎゅうにゅう

・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

・さんまのうめ

さんまの梅煮

・カラフルきんぴら

ごぼう・人参・ピーマン・さつま揚げ・ホールコーン・白いりごま・酒・本てり・醤油・三温糖・ごま油

27日

・ごはん

・べつかいぎゅうにゅう

・こまつなのスープ

小松菜・干椎茸・塩・醤油・シャンタン・ごま油

・ブルコギ

豚肉・もやし・玉ねぎ・人参・ピーマン・にんにく・酒・醤油・三温糖・赤味噌・コチュジャン・片栗粉・米油

・バンバンジーサラダ

ささみフレーク・キャベツ・きゅうり・パプリカ（黄）・白すりごま・醤油・米酢・上白糖・白味噌・ごま油

28日

・こくとうパン

・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・コンソメ・塩・こしょう・三温糖・米油

・コーンフライ

コーンフライ・米油

・ウインナーとやさしいのソテー

ウインナー・キャベツ・ピーマン・人参・塩・こしょう・醤油・コンソメ・米油

低 エネルギー：623kcal たんぱく質：25.4g 脂質：20.3g

中 エネルギー：655kcal たんぱく質：26.2g 脂質：20.5g

高 エネルギー：688kcal たんぱく質：26.9g 脂質：20.7g

中学 エネルギー：810kcal たんぱく質：31.4g 脂質：23.2g

＜給食費は未払いのないようにおねがいします＞