

2019年度

8月のこんだて

別海町学校給食センター

<p>ラッキーデー</p>  <p>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！ 当たった人はラッキー！ ステキな1日になるといいですね♪</p>	<p>20日</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん べつかいぎゅうにゅう ふとたまねぎのみそしる <p>豆麩・玉ねぎ・かつおだし・白味噌</p> <ul style="list-style-type: none"> にくだんご <p>幼1個・小中2個</p> <p>肉団子（ケチャップあん）</p> <ul style="list-style-type: none"> れんこんサラダ <p>れんこん・きゅうり・人参・ツナ・醤油・シーザードレッシング</p>	<p>21日</p> <ul style="list-style-type: none"> ポークカレー <p>精白米・麦・豚肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・パプリカ・生姜・にんにく・カレールウ（B・I）・米油</p> <ul style="list-style-type: none"> べつかいぎゅうにゅう ふくじんづけ <p>福神漬け</p> <ul style="list-style-type: none"> フルーツしらたま <p>みかん缶・和梨缶・パイ缶・白玉団子・ナタデココ・みかんゼリー</p>	<p>22日</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん べつかいぎゅうにゅう こまつなとあぶらあげのみそしる <p>小松菜・油揚げ・かつおだし・白味噌</p> <ul style="list-style-type: none"> やきにく <p>豚肉・ピーマン・きゃべつ・もやし・酒・醤油・焼肉のたれ・三温糖・米油・ごま油</p> <ul style="list-style-type: none"> さっぱりナムル <p>大根・萠わかめ・ささみ・丸鶏がらスープ・米酢・白ごま・ごま油</p> 	<p>23日</p> <ul style="list-style-type: none"> バターリッチパン べつかいぎゅうにゅう トマトスープ <p>ベーコン・じゃが芋・玉ねぎ・人参・にんにく・トマト缶・コンソメ・ウスターソース・醤油・塩・こしょう・パセリ・米油</p> <ul style="list-style-type: none"> おうぎフライ 2個 <p>扇フライ・米油 Pタルタルソース</p> <ul style="list-style-type: none"> カラフルソテー <p>きゃべつ・パプリカ・コンソメ・醤油・塩・こしょう</p>
<p>26日</p> <ul style="list-style-type: none"> ひやしラーメン <p>Pひやしちゅうかスープ</p> <p>中華麺・錦糸卵・きゅうり・人参・ハム</p> <ul style="list-style-type: none"> べつかいぎゅうにゅう しらたまぎょうざ <p>幼小2個・中3個</p> <p>白玉ぎょうざ</p> <ul style="list-style-type: none"> みつおさつ <p>蜜おさつ</p> 	<p>27日</p> <ul style="list-style-type: none"> キムチいりビビンバどん <p>精白米・豚肉・生姜・にんにく・酒・本てり・三温糖・赤味噌・醤油・豆板醤・米油・小松菜・もやし・人参・白菜キムチ・白ごま・塩・上白糖・ごま油</p> <ul style="list-style-type: none"> べつかいぎゅうにゅう わかめスープ <p>わかめ・玉ねぎ・醤油・シャンタン・白ごま・塩・こしょう</p> <ul style="list-style-type: none"> ワインゼリー <p>ワインゼリー</p>	<p>28日</p> <ul style="list-style-type: none"> 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 <p>厚揚げ・大根葉・かつおだし・白味噌</p> <ul style="list-style-type: none"> しおにくじゃが <p>豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・枝豆・白滝・にんにく・コンソメ・酒・塩・こしょう・三温糖・別海バター・米油</p> <ul style="list-style-type: none"> からしまヨあえ <p>きゃべつ・パプリカ・エッグケアマヨネーズ・醤油・上白糖・洋辛子</p>	<p>29日</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん べつかいぎゅうにゅう みそスープ <p>もやし・人参・きゃべつ・なると・かつおだし・白味噌・ラーメンスープ味噌</p> <ul style="list-style-type: none"> こもちししゃものかんろに <p>幼1尾・小中2尾</p> <p>子持ちししゃもの甘露煮</p> <ul style="list-style-type: none"> マーボーだいこん <p>豚肉・大根・長ねぎ・生姜・にんにく・醤油・コンソメ・酒・三温糖・豆板醤・ごま油・米油・でん粉</p>	<p>30日</p> <ul style="list-style-type: none"> コッペパン りんごジャム べつかいぎゅうにゅう コンソメスープ <p>白菜・玉ねぎ・人参・ウィンナー・コンソメ・塩・こしょう</p> <ul style="list-style-type: none"> ほたてクリームコロッケ <p>帆立クリームコロッケ・米油</p> <ul style="list-style-type: none"> ごぼうのバターいため <p>ごぼう・ベーコン・コーン・別海バター・コンソメ・醤油・塩・こしょう・青のり</p> 
<p>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。</p>	<p>低</p> <p>エネルギー：630kcal たんぱく質：22.3g 脂質：19.8g</p>	<p>中</p> <p>エネルギー：671kcal たんぱく質：23.3g 脂質：20.2g</p>	<p>高</p> <p>エネルギー：706kcal たんぱく質：24.1g 脂質：20.5g</p>	<p>中学</p> <p>エネルギー：821kcal たんぱく質：27.8g 脂質：22.7g</p>