

 ☆JA道東あさひ青年部さんより☆ この度、道東あさひ青年部では「アグリアクション」の活動の一環として、アイスクリームを提供させていただきました。酪農を食べて感じて、酪農業界への興味関心が増えていただけたら嬉しいです。 大地がひとを強くする。 AGRIACTION! HOKKAIDO	17日 ・マーボーどん 精白米・豚肉・豆腐・人参・にら・長ねぎ・干椎茸・生姜・にんにく・醤油・酒・本てり・オイスターソース・ケチャップ・赤味噌・豆板醤・三温糖・塩・片栗粉・米油・ごま油 ・べつかいぎゅうにゅう ・はるさめサラダ 緑豆春雨・きゅうり・人参・ハム・醤油・米酢・上白糖・丸鶏がらスープ・白ごま・ごま油 ・ライチゼリー Newライチゼリー 	18日 ・ごはん ・ツナマヨ ・べつかいぎゅうにゅう ・だんごじる ブチ芋餅・ブチ南瓜餅・鶏肉・大根・人参・ごぼう・長ねぎ・干椎茸・醤油・めんつゆ・かつおだし・塩 ・いわしのみぞれに いわしのみぞれ煮 ・みそバターいため 豚肉・キャベツ・えのき・しめじ・舞茸・生姜・白味噌・酒・三温糖・醤油・別海バター・片栗粉 	19日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・ぎょうざスープ 水餃子・ほうれん草・干椎茸・味付メンマ・醤油・酒・シャンタン・塩・こしょう ・プルコギ 豚肉・もやし・人参・玉ねぎ・ピーマン・にら・にんにく・酒・醤油・三温糖・赤味噌・コチュジャン・片栗粉・米油 ・うましおサラダ キャベツ・きゅうり・人参・ツナ・香味塩ドレッシング	20日 ・コッペパン ・りんご&マーガリン ・べつかいぎゅうにゅう ・オニオンスープ 玉ねぎ・コンソメ・別海バター・塩・パセリ ・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 ベーコン（N）・小松菜・ホールコーン・別海バター・コンソメ・醤油・塩・こしょう 
23日 ・ひやしたぬきうどん うどん・きゅうり・人参・もやし・ささみフレーク ・Pめんつゆ ・べつかいぎゅうにゅう ・えびいかかきあげ 国産野菜 えびいかかき揚げ50・キャノーラ油 ・ドームケーキ 新ドームケーキ（カスタード）  かき揚げはうどんにのせて食べてね♪	24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（B・I）・米油 ・べつかいぎゅうにゅう ・ふくじんづけ 福神漬け ・アイスクリーム プレミアムアイスクリーム（バニラ） アイスクリームはJA道東あさひ青年部さんより提供していただきました♡ 	25日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・だいこんとわかめのみそしる 大根・カットわかめ・かつおだし・白味噌 ・たらのちゃんちゃんみそやき 鱈のちゃんちゃん味噌漬 ・だいずのいそに ひじき・大豆・むき枝豆・つきこん・さつま揚げ・油揚げ・人参・醤油・三温糖・ごま油	26日 ・ごはん ・べつかいぎゅうにゅう ・たまねぎとたまごのみそしる 玉ねぎ・鶏卵・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・本てり・三温糖・米油 ・ピーナッツあえ 小松菜・人参・粉ピーナッツ・粒ピーナッツ・醤油・上白糖	27日 ・ソフトフランスパン ・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・生姜・にんにく・赤ワイン・トマトピューレ・コンソメ・DXビーフシチュールウ・生クリーム・米油 ・エビフライ 幼1本・小中2本 エビフライ・キャノーラ油 ・タルタルソース ・ごぼうのバターいため ベーコン（N）・ごぼう・ホールコーン・あおのり・別海バター・コンソメ・塩・こしょう
30日 ・ジャージャーめん 中華麺・豚肉・玉ねぎ・人参・長ねぎ・竹の子・干椎茸・グリーンピース・生姜・にんにく・酒・醤油・本てり・赤味噌・豆板醤・三温糖・片栗粉・米油・ごま油 ・べつかいぎゅうにゅう ・チーズいりいもち いもち（チーズ入り）・キャノーラ油 ・レモンカスタードタルト 瀬戸内産レモンのカスタードタルト	31日 ・すきにどん 精白米・豚肉・焼き豆腐・白滝・玉ねぎ・長ねぎ・えのき・酒・醤油・本てり・三温糖・片栗粉・米油 ・べつかいぎゅうにゅう ・どさんこじる 豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ホールコーン・生姜・にんにく・別海バター・かつおだし・白味噌・米油 ・ウエハース 鉄プラスコラーゲンウエハース 	令和3年度 8がつのこんだて 別海町学校給食センター   7月22日から夏休みが始まります。気温が高い日が多くなると思いますが、暑いからといって、そうめんやアイスクリーム、ジュースなどの冷たいものばかりをとるのは要注意です！！冷たいものの摂りすぎは胃腸の働きを鈍らせ、「夏バテ」を悪化させてしまいます。バランスの良い食事を3食しっかり食べて、元気いっぱい遊ぶようにしましょう☆		
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：667kcal たんぱく質：25.7g 脂質：22.7g	中 エネルギー：703kcal たんぱく質：26.5g 脂質：22.9g	高 エネルギー：735kcal たんぱく質：27.2g 脂質：23.1g	中学 エネルギー：844kcal たんぱく質：31.1g 脂質：25.3g

*給食費は未払いのないようお願いいたします。