

令和7年度 別海町学校給食センター

1がつのこんだて

1月24日～30日は全国学校給食週間です。これを機に好きな給食や給食の思い出話をしてみるのもいいですね。



19日

- ・ごもくうどん
- うどん・なると・油揚げ・鶏肉・人参・長葱・小松菜・干椎茸・かつおだし・めんつゆ・本てり・醤油・塩
- ・べつかいぎゅうにゅう
- ・やさいコロッケ
- コロッケ(野菜)・キャノーラ油
- ・ミニエクレア
- ミニエクレア

26日

- ・しょうゆラーメン
- 中華麺・豚肉・なると・味付きメンマ・長葱・もやし・白菜・人参・醤油ラーメンスープ・鶏ガラ・豚骨・煮干
- ・べつかいぎゅうにゅう
- ・キャベツメンチカツ
- FMメンチカツ(国産キャベツ)・キャノーラ油
- ・ミニたいやき
- ミニたいやき



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。

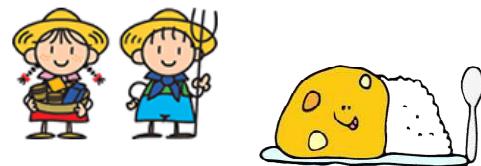
エネルギー

たんぱく質

脂質

20日 【べつかい給食】

- ・バターポークカレー
- 精白米・麦・豚肉・じゃが芋・人参・玉葱・生姜・にんにく・カレールウ(B・L)・別海バター
- ・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
- べつかいのアイスクリーム屋さん(チョコ)



21日

- ・ごはん
- ・ひじきぱっぱ
- ・べつかいぎゅうにゅう
- ・こうはくもちのすましる
- 紅白餅・長葱・豆腐・干椎茸・かつおだし・根昆布・薄口醤油・本てり・めんつゆ・塩
- ・うまい
- 鶏肉・ごぼう・人参・れんこん・こんにゃく・干椎茸・なると・本てり・醤油・三温糖・かつおだし・米油
- ・みそマヨサラダ
- 焼き竹輪(N)・キャベツ・人参・白味噌・エッグケアマヨネーズ・醤油



22日

- ・ごはん
- ・べつかいぎゅうにゅう
- ・じゃがいもとわかめのみそしる
- じゃが芋・わかめ・かつおだし・白味噌
- ・とりのからあげ
- 幼小2個・中3個
- 若どり唐揚げ・キャノーラ油
- ・はくさいのちゅうかうまに
- 豚肉・白菜・人参・生姜・緑豆春雨・にんにく・丸鶏ガラスープ・酒・醤油・三温糖・塩・粗びきこしょう・ごま油・でん粉

16日

- ・コッペパン
- ・クリームゴールド
- ・べつかいぎゅうにゅう
- ・コンソメスープ

ベーコン(K)・ほうれん草・玉葱・人参・ソフリット(玉葱・セロリ・人参)・コンソメ・塩・こしょう

・やさいとチキンのトマトに

鶏肉・キャベツ・玉葱・人参・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

・サウザンドレッシングサラダ

ブロッコリー・きゅうり・コーン・サウザンドレッシング

23日

- ・ごくとうパン
- ・べつかいぎゅうにゅう
- ・コーンポタージュ

玉葱・コーン・コーンペースト・コーンポタージュルウ・パセリ・別海バター・別海牛乳・小麦粉・コンソメ・塩・こしょう

・とりにくのマスタードやき

鶏肉・粉チーズ・粒マスタード・辛子粉・エッグケアマヨネーズ・白ワイン・塩・こしょう

・コールスローサラダ

ハム・キャベツ・きゅうり・パプリカ・レモン果汁・エッグケアマヨネーズ・塩・こしょう

エネルギー

たんぱく質

脂質

低

エネルギー: 634kcal
たんぱく質: 26.4 g
脂質: 24.8 g

中

エネルギー: 665kcal
たんぱく質: 27.2 g
脂質: 25.1 g

高

エネルギー: 697kcal
たんぱく質: 28.0 g
脂質: 25.4 g

中学

エネルギー: 811kcal
たんぱく質: 32.8 g
脂質: 28.9 g

1月 加工品原材料表



16日 <クリームゴールド>

食用油脂(植物油脂・加工油脂)・デキストリン・糖類(砂糖・粉末水あめ)・難消化性デキストリン・ホエイパウダー・全粉乳・脱脂粉乳・食塩・乳化剤・炭酸カルシウム・香料

【一部に大豆・乳を含む】

<笑顔ランチ ドレッシングサウザンアイランド>

食用植物油脂・醸造酢・糖類(水あめ・砂糖)・トマトケチャップ・ピクルス・食塩・人参エキス・ブレン・酵母エキスパウダー・乳化剤・増粘剤(キサンタンガム)・香辛料抽出物・水

19日 <コロッケ(野菜)>

【具】馬鈴薯・人参・玉葱・小麦粉加工品・砂糖・とうもろこし・グリンピース・食塩・カレー粉【衣】パン粉・水・でん粉・小麦粉・ぶどう糖・増粘剤(グラー)・粉末状植物性たん白・調味料(アミノ酸)・乳化剤・酵母エキスパウダー・香料・増粘剤(キサンタンガム)

【一部に小麦・大豆・乳を含む】

<ミニエクレア>

乳等を主要原料とする食品・全卵・準チョコレート・ファットスプレッド・小麦粉・水あめ・マーガリン・砂糖・デキストリン・ミルクカルシウム・加糖卵黄・脱脂粉乳・でん粉・食塩・洋酒・糊料(加工でん粉・増粘多糖類)・乳化剤・乳酸Ca・香料・膨張剤・リン酸塩(Na)・カゼインNa・着色料(V.B2・カロチノイド)

【一部に小麦・大豆・乳・卵を含む】

20日 <べつかいのアイスクリーム屋さん(チョコレート)>

生乳・クリーム・砂糖・脱脂粉乳・ココア・卵黄・カラメル・香料

【一部に乳・卵を含む】

<ひじきぱっぱ>

ひじき・砂糖・ごま・ドロマイド(炭酸カルシウムマグネシウム含有物)・食塩・みりん・かつお削り節・果糖ぶどう糖液糖・醸造酢・赤しそ・あじ削り節・鰹節エキス・酵母エキス・酵母・醤油・梅酢・クエン酸鉄Na

【一部に小麦・大豆・ごま・かつお・あじを含む】

<煮込み餅(紅・白)>

もち米粉・でん粉・こんにゃく粉・水・増粘剤(加工でん粉)・トレハロース・紅麹色素(紅のみ)

<若どり唐揚げ>

鶏むね肉・醤油・小麦粉・還元水飴・おろし生姜・本みりん・砂糖・食塩・衣(小麦粉・コーングリット・でん粉・粉末状大豆たん白・香辛料・食塩・おろし生姜)・揚げ油(なたね油・とうもろこし油)・リン酸塩(Na)・調味料(アミノ酸)・甘味料(カンゾウエキス)・調整水

【一部に小麦・大豆・鶏肉を含む】

23日 <粒マスター>

マスター・醸造酢・発酵調味料・植物油脂・食塩・香辛料・たん白加水分解物・増粘剤(加工でん粉・グーガム)・着色料(ウコン)・水

26日 <AC-3 ガラ味醤油ラーメンスープ>

醤油・肉エキス・食塩・動物油脂・砂糖・野菜エキス・オニオンエキス・調味料(アミノ酸等)・酒精・増粘剤(キサンタン)・カラメル色素・酸味料・香料

【一部に小麦・大豆・鶏肉・豚肉を含む】

<FMメンチカツ(国産キャベツ)>

【具】キャベツ・鶏肉・粒状植物性たん白・豚すり身(豚肉・水)・豚脂・玉葱・砂糖・水溶性食物繊維・食塩・醤油・酵母エキス・香辛料・水・加工でん粉・炭酸Ca・ピロリン酸第二鉄【衣】粒状植物性たん白・植物油・米粉・水・加工でん粉・増粘多糖類・揚げ油(なたね油)

【一部に大豆・鶏肉・豚肉を含む】

<ミニたいやき>

あん(砂糖・小豆)・小麦粉・砂糖・ぶどう糖・とうもろこし粉・植物油脂・米粉・食塩・膨張剤・増粘剤(グーガム)

【一部に小麦・大豆を含む】

27日 <なめらかワンタン(鉄分・食物繊維)>

小麦粉・豚肉・キャベツ・豚脂・食物繊維(イヌリン)・玉葱・なたね油・清酒・でん粉・チキンエキス調味料・生姜・食塩・オイスターソース・香辛料・砂糖・大豆粉・加工でん粉・調味料(アミノ酸等)・クエン酸鉄Na・水

【一部に小麦・大豆・鶏肉・豚肉・牡蠣を含む】

<学給だいふく(豆乳バニラ風味)>

豆乳加工品(植物油脂・バーム核油・バーム油・豆乳クリーム・大豆・砂糖類・とうもろこし・じゃがいも・さつまいも・でん粉・食塩・水)・砂糖・もち粉・上新粉・還元水あめ・でん粉・加工でん粉・セルロース・乳化剤・糊料・pH調整剤・香料・安定剤(増粘多糖類)・カロチノイド色素・酵素・水

【一部に大豆を含む】

28日 <たら西京焼き>

助宗鰯・西京味噌

【一部に小麦・大豆・たらを含む】

30日 <フライドフィッシュ>

助宗鰯・還元水あめ・食塩・衣(小麦粉・コーンフラワー・植物油脂・還元水あめ・食塩・粉末卵白・香辛料・粉末状植物性たん白)・揚げ油(バーム油)・加工でん粉・調味料(アミノ酸等)・ベーキングパウダー・貝Ca・クエン酸(Na)・炭酸Na・炭酸水素Na

【一部に小麦・大豆・卵・たらを含む】

年間を通して使用する調味料・食材類は別紙で配布の
「令和7年度使用調味料・食材一覧表(保存版)」に
原材料・アレルギーを記載しています。詳しくはそちらをご覧ください。

