



| 日  | 曜 | 献立           | 材料  | 日  | 曜 | 献立           | 材料  | 日  | 曜 | 献立          | 材料  | 日  | 曜 | 献立                                  | 材料   |
|--|---|--------------|---|----|---|--------------|---|----|---|-------------|---|----|---|-------------------------------------|--|
| <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 20%;">  </div> <div style="width: 40%; text-align: center;"> <p>*お米の寄贈がありました*</p> <p>JA青年部新十津川支部 様 (6日・8日)<br/>雨竜小学校 様 (13日)<br/>新十津川土地改良区 様 (20日)</p> <p>ありがとうございます。<br/>給食だよりで紹介しています。</p> </div> <div style="width: 20%; text-align: center;"> <p>新十津川町ホームページ<br/>暮らしの情報 教育</p>  <p>こちらで、毎月、給食献立表・給食だよりを掲載しております。</p> </div> </div> |   |              |   |    |   |              |   |    |   |             |   |    |   |                                     |  |
| 5  | 月 | わかめごはん       | わかめ   | 6  | 火 | ごはん          | 寄贈：ふっくらりんこ  | 7  | 水 | トマトスパゲッティ   | スパゲッティ (小麦)・オリーブ油   | 8  | 木 | ごはん                                 | 寄贈：ふっくらりんこ   |
|  |   | 豆腐の中華煮       | 豆腐・豚肉・酒・人参・玉葱・ヤーコン・干椎茸・生姜・にんにく・油・三温糖・醤油・ごま油・でん粉             |    |   | みそ汁          | 大根・ヤーコン・ねぎ・油揚げ・みそ・煮干し   |    |   | 肉じゃが        | 豚肉・白ワイン・玉葱・人参・コーン・パセリ・バター・トマトケチャップ・トマトベースソース (大豆)・トマトピューレ・コンソメ・こしょう・三温糖 |    |   | 春雨スープ                               | 春雨・豆腐・玉葱・ねぎ・中華練りだし (小麦・鶏肉・豚肉・大豆・みりん・三温糖・醤油・コンソメ・でん粉)   |
|  |   | 卵焼き          | (卵)・かつおだし・昆布だし  |    |   | さけの塩焼き       | 鮭・植物油   |    |   | お米シロップ使用    | 豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・いんげん・白滝・油・三温糖・みりん・お米シロップ・醤油                               |    |   | 揚げぎょうざ (幼小2・中高3)                    | (小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)・キャベツ・米粉・玉葱・油  |
|  |   | みかん          | みかん   |    |   | お米シロップ使用     | 豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・いんげん・白滝・油・三温糖・みりん・お米シロップ・醤油                               |    |   | フルーツサワークリーム | 白桃缶・りんご缶・パイナップル缶・みかん缶・生クリーム・お米シロップ・サワークリーム (乳)                          |    |   | 豚キムチ炒め                              | 豚肉・もやし・人参・にら・キムチ (小麦・ごま・大豆・りんご・ゼラチン)・きくらげ・生姜・にんにく・油・三温糖・酒・醤油・オイスターソース (小麦・大豆)・スープストック (小麦・大豆・豚肉・鶏肉・ゼラチン・ごま)・ごま油・ごま |
| 12   | 月 | こぎつねごはん      | ごはん・豚肉・油揚げ・人参・油・三温糖・酒・しょうゆ                                  | 13 | 火 | ごはん          | 寄贈：雨竜小学校のお米   | 14 | 水 | しょうゆラーメン    | ラーメン (小麦)・油   | 15 | 木 | ごはん                                 | ごはん  |
|  |   | みそ汁          | キャベツ・玉葱・わかめ・みそ・煮干し  |    |   | みそおでん        | こんにゃく・大根・人参・豆腐・うすら卵・がんも (大豆)・むすびめ昆布・ちくわ (たら)・三温糖・みりん・醤油・赤みそ・だし (昆布・削り節) |    |   | 春巻き         | たけのこ・人参・キャベツ・玉葱・春雨 (小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)・油                              |    |   | みそ汁                                 | じゃが芋・わかめ・油揚げ・みそ・煮干し  |
|  |   | いかフライ        | 本むらさきいか・醤油・みりん・パン粉 (いかに小麦・大豆)・油                             |    |   | いわしのうめ煮      | いわし・梅肉ペースト・かつお節 (小麦・大豆)   |    |   |             |   |    |   | ハンバーグ                               | 牛肉・豚肉・玉葱・パン粉・粉乳 (小麦・大豆・乳・卵)  |
|  |   | ブロッコリーのおかかあえ | もやし・ブロッコリー・かつお節・醤油・三温糖                                      |    |   | いんげんのごまあえ    | いんげん・ごま・三温糖・醤油  |    |   |             |   |    |   | にんじんのびりから炒め                         | 豚肉・人参・ねぎ・生姜・にんにく・酒・醤油・穀物酢・三温糖・豆板醤 (大豆)・油   |
| 19   | 月 | 肉豆腐丼         | ごはん<br>豚肉・生姜・醤油・酒・人参・玉葱・干椎茸・豆腐・油・三温糖・醤油・酒                   | 20 | 火 | ごはん          | 寄贈：新小5年生収穫米   | 21 | 水 | みそうどん       | うどん (小麦)・油  | 22 | 木 | ごはん                                 | ごはん  |
|  |   | わかめスープ       | わかめ・もやし・ヤーコン・ねぎ・えのきたけ・中華練りだし (小麦・鶏肉・豚肉・大豆・ごま・米)・醤油・コンソメ・でん粉 |    |   | やつがしら入りけんちん汁 | 豚肉・豆腐・大根・ごぼう・人参・ねぎ・やつがしら (里芋の一種)・油揚げ・干椎茸・醤油・酒・昆布・削り節                    |    |   |             |   |    |   | かぼちゃ団子汁                             | かぼちゃ団子 (かぼちゃ・じゃがいも・でん粉)・油揚げ・大根・ごぼう・玉葱・ねぎ・みりん・醤油・削り節  |
|  |   | 春雨サラダ        | 春雨・きゅうり・ポークハム・三温糖・醤油・ごま油・穀物酢・ごま                             |    |   | チキンみそカツ      | (小麦・大豆・鶏肉・豚肉)・みそ・米粉・油   |    |   |             |   |    |   | さばのみそ煮                              | さば (大豆)  |
|  |   |              |   |    |   | 3色和え         | もやし・きゅうり・人参・ドレッシング (小麦・大豆・りんご・ごま・鶏肉)                                    |    |   | くずし豆腐のサラダ   | 豆腐・キャベツ・コーン・ごま・ドレッシング (28品目使用無し)  |    |   | ひじきの煮つけ                             | 干しひじき・白滝・さつま揚げ (たら)・いんげん・人参・油・みりん・三温糖・醤油   |
|  |   |              |   |    |   |              |   |    |   | 高校のみチョコムース  | 豆乳・カカオマス・ココア (大豆・ゼラチン・小麦)   |    |   | 22日は冬至 (とうじ) です。かぼちゃを食べて元気にすごしましょう。 |  |

月平均:小学生 (中学年) エネルギー677kcal, たんぱく質25.5g, 脂質21.4g, 食塩相当量3.3g / 中学生エネルギー806kcal, たんぱく質29.8g, 脂質23.8g, 食塩相当量4.1g