

ぎゅうにゅう に ぼ まいにち
◎牛乳と煮干しは毎日つきます。

二セコ町学校給食センター

月 2日		火 3日		水 4日		木 5日		金 6日	
ごはん かき玉汁 ☆かれのいのから揚げ ☆きんぴらごぼう		ちゃんぽん麺 ☆肉団子のもち米蒸し ☆ナタデココボンチ		☆雑穀ご飯 ☆芋団子汁 ブリかつ ☆しゃきしゃき和え		ロールパン ミネストローネ ハムチーズピカタ ☆イカのサラダ ☆さつまいもチップス		☆かみかみわかめご飯 大根と揚げの味噌汁 和風きんぴら包み焼き 磯香和え	
赤	牛乳 にぼし たまご とうふ わかめ かれのいのからあげ さつまあげ	赤	牛乳 にぼし ぶたにく いか かまぼこ にくだんご	赤	牛乳 にぼし とうふ みそ ブリかつ	赤	牛乳 にぼし ウィンナー いか ハムチーズピカタ	赤	牛乳 にぼし わかめ あぶらあげ みそ わふうきんぴらつつみやき ちくわ のり
黄	こめ でんぶん さとう あぶら ごま ごまあぶら フライのころも	黄	ラーメン あぶら でんぶん もちこめ	黄	こめ ざっこくまい いもち あぶら さとう ごまあぶら フライのころも	黄	ロールパン マカロニ さとう じゃがいも あぶら マヨネーズ さつまいもチップス	黄	こめ
緑	しいたけ にんじん たまねぎ ながねぎ ごぼう つきこんにやく	緑	しょうが にんにく きくらげ ピーマン もやし にんじん たまねぎ キャベツ しいたけ はくさい ナタデココ りんご もも みかん	緑	つきこんにやく にんじん ごぼう だいこん ながねぎ れんこん えだまめ コーン	緑	たまねぎ にんじん パセリ トマト にんにく キャベツ きゅうり	緑	だいこん にんじん キャベツ こまつな ほうれんそう もやし
小	582kcal 中 696kcal	小	664kcal 中 766kcal	小	690kcal 中 819kcal	小	579kcal 中 714kcal	小	561kcal 中 661kcal
9日		10日		11日		12日		13日	
ごはん 芋と海苔の味噌汁 いわしの梅煮 ほうれん草の胡麻和え		ナポリタンスパゲティ きんとんパイ えだまめ和風サラダ		ごはん わかめと野菜のスープ チンジャオロース もやしと春雨のサラダ チーズタルト		ナン キーマカレー ゆで野菜の胡麻ドレし和え マスカットゼリー和え		ソースカツ丼 芋とわかめの味噌汁 かにかま和風サラダ	
赤	牛乳 にぼし いわのり みそ いわしのうめに かにかま	赤	牛乳 にぼし ぶたにく ひじき	赤	牛乳 にぼし わかめ ぶたにく かにかま チーズ	赤	牛乳 にぼし ぶたにく だいず	赤	牛乳 にぼし トンカツ わかめ とうふ みそ かにかま
黄	こめ じゃがいも さとう ごま	黄	スパゲッティ あぶら さとう きんとんパイ ドレッシング	黄	こめ ごまあぶら さとう はるさめ ドレッシング タルト	黄	ナン あぶら ごま ドレッシング ゼリー (マスカット)	黄	こめ あぶら さとう じゃがいも ドレッシング フライのころも
緑	ながねぎ ほうれんそう もやし にんじん	緑	たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム トマト えだまめ もやし	緑	にんじん ながねぎ しょうが にんにく たまねぎ ピーマン たけのこ きゅうり しいたけ もやし	緑	しょうが にんにく たまねぎ なす ごぼう にんじん ピーマン トマト ブロッコリー キャベツ ほうれんそう りんご もも みかん	緑	キャベツ ながねぎ にんじん きゅうり もやし
小	575kcal 中 668kcal	小	644kcal 中 754kcal	小	631kcal 中 730kcal	小	592kcal 中 752kcal	小	615kcal 中 776kcal
16日		17日		18日		19日		20日	
ごはん たまごたま 卵と玉ねぎの味噌汁 かぼちゃのひき肉フライ ポテトサラダ		や 焼きそば コンソメスープ あげたこ焼き ブルーベリーゼリー		ごはん 肉ボールスープ しょうろんぼう 小籠包 華風サラダ		セルフホットドック 白菜のシチュー キャベツとハムのサラダ		ビビンバ きのこのスープ はるまき 春巻き アセロラゼリー	
赤	牛乳 にぼし たまご あぶらあげ みそ かぼちゃひき肉フライ ハム	赤	牛乳 にぼし ぶたにく あおのり とうふ たこやき	赤	牛乳 にぼし ぶたにく たまご ハム くらげ ショウロンボウ	赤	牛乳 にぼし ウィンナー とりにく ハム なまクリーム	赤	牛乳 にぼし ぶたにく はるまき
黄	こめ あぶら じゃがいも さとう マヨネーズ フライのころも	黄	やきそば ごまあぶら あぶら たこやきのきじ ゼリー (ブルーベリー)	黄	こめ でんぶん はるさめ さとう ごまあぶら ショウロンボウのかわ	黄	ロールパン じゃがいも バター あぶら ドレッシング	黄	こめ ごまあぶら さとう でんぶん ごま はるまきのかわ あぶら ゼリー (アセロラ)
緑	たまねぎ かぼちゃ にんじん きゅうり	緑	しめじ にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン もやし ながねぎ パセリ	緑	しいたけ はくさい ほうれんそう きゅうり レタス	緑	はくさい にんじん たまねぎ グリーンピース パセリ キャベツ きゅうり	緑	にんにく しょうが わらび にんじん きりぼしだいこん こまつな もやし しめじ たもぎだけ まいだけ だいこん ながねぎ
小	690kcal 中 876kcal	小	539kcal 中 630kcal	小	753kcal 中 868kcal	小	638kcal 中 754kcal	小	691kcal 中 810kcal
23		24		25日		26日		27日	
ごはん なめこ豆腐の味噌汁 さばの味噌煮 ブロッコリーのサラダ		肉うどん 味付き餅いなり 豆乳ゼリーフルーツミックス		ごはん 五目味噌汁 鶏肉の竜田揚げ おかか和え		海老カツバーガー トマトスープ 根菜サラダ		ボークカレー グリーンサラダ キウイフルーツ	
赤	牛乳 にぼし とうふ みそ さばのみそに	赤	牛乳 にぼし ぶたにく つと とうにゅう あじつきもちいなり	赤	牛乳 にぼし とりにく あぶらあげ みそ ちくわ かつおぶし	赤	牛乳 にぼし エビカツ ベーコン だいず いんげんまめ	赤	牛乳 にぼし ぶたにく ヨーグルト こなチーズ
黄	こめ ごま ドレッシング	黄	うどん さとう ゼリー あじつきもちいなりのもち	黄	こめ あぶら さとう かたくりこ	黄	パンズパン あぶら じゃがいも ドレッシング フライのころも	黄	こめ あぶら バター じゃがいも ドレッシング
緑	なめこ ながねぎ ブロッコリー にんじん	緑	にんじん たまねぎ ながねぎ ほうれんそう しいたけ ごぼう しょうが りんご もも みかん	緑	にんじん だいこん しいたけ ぶき たけのこ ながねぎ しょうが にんにく こまつな はくさい もやし	緑	トマト はくさい にんにく パセリ コーン にんじん ごぼう たまねぎ えだまめ れんこん たけのこ しいたけ	緑	しょうが にんにく たまねぎ にんじん えだまめ だいこん なす ブロッコリー きゅうり レタス キウイ トマト
小	587kcal 中 686kcal	小	624kcal 中 737kcal	小	640kcal 中 760kcal	小	606kcal 中 761kcal	小	641kcal 中 783kcal
30日		まいとし がつ か か 毎年6月4日～10日は 歯と口の健康習慣 ☆マークのついているメニューは かみごたえのあるカムカムメニューです			～食べ物の3つのおもな働き～ きいろ 熱や力のもとになる えんじょう 体の調子をととのえる あか みどり		【4月に使用した野菜の主な産地】 ・じゃがいも…二セコ・人参 …道内・大根…千葉・長ネギ …関東・生姜…高知・かぼ ちゃ…ニュージーランド・さ つまいも…二セコ・きゅうり …関東・にんにく…青森・も やし…当別・小松菜…道内・ 白菜…茨城・玉ねぎ…道内・ キャベツ…二セコ・パセリ… 福岡・ほうれん草…関東・レ タス…道内・かぶ…茨城		
ごはん ほっけのつみれ汁 ささみチーズカツ おひたし									
赤	牛乳 にぼし ほっけのつみれ とうふ みそ ささみチーズカツ ちくわ かつおぶし								
黄	こめ あぶら フライのころも								
緑	つきこんにやく にんじん たまねぎ だいこん ながねぎ しょうが こまつな はくさい もやし								
小	605kcal 中 708kcal								

◎学校の行事やその他の都合で変更することがあります。ご了承ください。

◎冷蔵庫など見やすいところに貼ってください。

◎給食に使用している食材は、仕入れの都合上変更することがございます。ご了承ください。

☆魚は、骨に気を付けて食べましょう。

☆今月の給食に使用している二セコ産の食材☆

