

# こんだてひょう

# 2月

月	火	水	木	金
3 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそ汁(白菜・油揚げ) いわしのみそ煮 (小中1個) にく 肉じゃが たま ※玉ねぎ 673/830	4 ミートソーススパゲティ ぎゅうにゅう 牛乳 フライドポテト ブロッコリーとツナのサラダ たま ※玉ねぎ 774/963	5 けいほん 鶏飯 ぎゅうにゅう 牛乳 はるま 春巻き (小2中3個) つば漬け プリン 748/871	6 コッペパン ぎゅうにゅう 牛乳 クリームシチュー やさしい 野菜コロッケ (小中1個) ごぼうサラダ たま ※玉ねぎ 814/987	7 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそ汁(もやし・人参) とり 鶏のから揚げ (小2中3個) ほいこうろう 回鍋肉 593/742
10 わかめごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそ汁(玉ねぎ・人参・わかめ) あつや たまご 厚焼き卵 (小中1個) ふきのいたに 炒め煮 たま ※玉ねぎ 587/663	11 建国記念の日	12 ちゅうか 中華どんぶり ぎゅうにゅう 牛乳 こーん 焼売 (小2中3個) くだものかん おとう 果物缶(黄桃) たま ※ほたて、玉ねぎ 702/870	13 コッペパン ぎゅうにゅう 牛乳 とりとやさしい 鶏肉と野菜のトマトスープ メンチカツ (小中1個) マカロニサラダ たま ※玉ねぎ 814/987	14 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそ汁(いも・わかめ) さばのみそ煮 (小中1個) きんぴらごぼう 671/843
17 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそ汁(白菜・えのきたけ) チキンみそカツ (小中1個) ひじきのいたに 炒め煮 588/703	18 みそラーメン ぎゅうにゅう 牛乳 たこ焼き (小2中3個) フルーツのヨーグルトあえ	19 おやこ 親子どんぶり ぎゅうにゅう 牛乳 ポーク焼売 (小2中3個) はくさい しおこんぶ 白菜の塩昆布あえ たま ※玉ねぎ 729/805	20 メロンパン ぎゅうにゅう 牛乳 ポトフ てや 照り焼きハンバーグ (小2中3個) ほたてと野菜のサラダ たま ※ほたて、玉ねぎ 548/794	21 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそ汁(大根・油揚げ) しろみ さかな 白身魚フライ (小中1個) すき焼き風煮 たま ※玉ねぎ 728/868
24 2月平均栄養価 小 中 たんぱく質 27.7g 33.1g 脂 質 20.9g 23.9g 食塩相当量 2.1g 2.6g	25 ちゃんぽんめん ぎゅうにゅう 牛乳 いもだんご (小中1個) くだものかん 果物缶(スライスパイ)	26 キーマカレーライス ぎゅうにゅう 牛乳 きゃべつ の棒々鶏 オレンジゼリー たま ※玉ねぎ 785/961	27 こくとう 黒糖パン ぎゅうにゅう 牛乳 しかにく 鹿肉のブラウンシチュー あじつきにくだんご 味付肉団子 (小2中3個) やさしい 野菜のナムル しかにくたま ※鹿肉、玉ねぎ 765/853	28 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ほたて汁 や 焼ききょうざ (小2中3個) まあぼうとうふ 麻婆豆腐 たま ※玉ねぎ 600/743

○献立は物資等の都合により、事前の連絡なく変更する場合があります。ご了承下さい

○Eメールは、lunch@town.yubetsu.lg.jpです。ご意見お待ちしております。

○給食費はすべて食材を購入するために使われています。未納とならないようお願いいたします。

○献立の  マークは、その日に使用を予定している地元産食材を紹介しています。

☆今月使用するほたては、地元 寺本商店様から寄贈いただいたほたてです。玉ねぎは、上湧別玉葱振興会様から寄贈いただいた玉ねぎです。地元の恵みに感謝して美味しくいただきます。

## ☆今年度も 湧別町のエゾ鹿肉登場☆

湧別町 内で狩猟した新鮮なエゾ鹿肉です。鹿肉は高たんぱく、低カロリーで鉄分も豊富に含まれたお肉です。

イノシシの肉を「ばたん」と呼びますが、鹿肉は「もみじ」と呼びます。他にも、鶏肉は「かしわ」、馬肉は「さくら」と呼びます。地元の食材を味わって下さいね!