

11月 献立予定表

2016. 11 新発田市学校給食北共同調理場

月	火	水	木	金
日付 学校の給食予定	1	2	3	4
献立 配膳図と献立名 太字は郷土料理と地場産物です。	ヤーコンのきんぴら たまごやき まいたけごはん あつあげのみそ汁	みかんゼリー ポークカレー(麦ごはん) ブロッコリーといかのサラダ		こんぶあえ はるまき ごはん とうふのちゅうか煮
赤	うす揚げ・卵・さつま揚げ・厚揚げ・大豆・牛乳	やりのいか・ぶた肉・スキムミルク・牛乳		ぶた肉・とり肉・こんぶ・とうふ・牛乳
黄	米・砂糖・油・でん粉・ごま油・じゃがいも	米・麦・油・砂糖・バター・じゃがいも		米・油・春雨・小麦粉・でん粉・砂糖
緑	まいたけ・しいたけ・ごぼう・にんじん・ヤーコン・こんにやく・さやいんげん・だいこん・長ねぎ・こまつな	ブロッコリー・キャベツ・にんじん・コーン・にんにく・たまねぎ・みかん		たまねぎ・にんじん・もやし・キャベツ・きゅうり・しょうが・にんにく・干しいたけ・メンマ・はくさい・長ねぎ・チンゲンサイ
エネルギー	小学校のエネルギー 中学校のエネルギー 615 kcal 747 kcal	690 kcal 832 kcal		663 kcal 828 kcal
7 外小6の2、加小スタディなし	8 ★いい歯の日献立★	9	10	11 外小あやめ、一中なし
たくあんあえ さんまのかば焼き ごはん さつま汁	ツナサラダ かみかみそぼろ丼の具 麦ごはん きのこ汁	のり酢あえ 麩カツのみそだれかけ ごはん だいこんのみそ汁	◎やきいも ほうれんそうサラダ ソフトめん ミートソース	きりぼしだいこんのいために さけのてりやき はくさいのこまみそ汁 ごはん
さんま・とり肉・とうふ・牛乳	とり肉・とうふ・大豆・ツナ・厚揚げ・牛乳	ツナ・のり・うす揚げ・牛乳	ぶた肉・チーズ・牛乳	サケ・うす揚げ・ぶた肉・大豆・牛乳
米・でん粉・油・砂糖・ごま・さつまいも	米・麦・油・砂糖・アーモンド・ごま・ノンエッグマヨネーズ	米・麩・でん粉・小麦粉・パン粉・油・砂糖・ごま・じゃがいも	小麦粉・砂糖・油・バター・◎さつまいも	米・油・砂糖・里芋・ごま
きゅうり・だいこん・キャベツ・にんじん・ごぼう・こんにやく・長ねぎ	しょうが・にんじん・えだまめ・キャベツ・コーン・だいこん・えのきたけ・ぶなしめじ・なめこ・長ねぎ	ほうれんそう・にんじん・キャベツ・だいこん・えのきたけ・長ねぎ	ほうれんそう・キャベツ・コーン・しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん・セロリー・マッシュルーム・トマト	にんじん・こんにやく・きりぼしだいこん・さやいんげん・はくさい・えのきたけ・長ねぎ
エネルギー	664 kcal 807 kcal	691 kcal 844 kcal	658 kcal 885 kcal	617 kcal 744 kcal
14 二小、本中なし	15	16	17	18 ★食育の日献立★
もやしのおひたし きびなごのごまフライ(小2個・中3個) わかめごはん おでん	カッターりんご ハヤシライスソース 麦ごはん 豆とひじきのサラダ	ちゅうかあえ えびシューマイ(2個) ごはん マーボー豆腐	ブロッコリーとアーモンドのソテー 豆乳グラタン 黒糖りんごパン ポトフ	ごまあえ さんまのおろし煮 ごはん こにもん
わかめ・きびなご・ちくわ・いか・がんもどき・うす卵・こんにやく・牛乳	ひじき・大豆・青大豆・ぶた肉・生クリーム・牛乳	えび・たら・ぶた肉・とうふ・牛乳	スキムミルク・とり肉・豆乳・ウィンナー・ベーコン・牛乳	さんま・とり肉・ほたて貝・かまぼこ・牛乳
米・砂糖・パン粉・小麦粉・ごま・油・さといも・でん粉	米・麦・砂糖・ごま油・油	米・パン粉・でん粉・砂糖・小麦粉・ごま油・ごま	小麦粉・砂糖・黒砂糖・マカロニ・米粉・油・バター・アーモンド・じゃがいも	米・砂糖・でん粉・ごま・里芋
もやし・にんじん・ほうれんそう・だいこん・こんにやく	コーン・キャベツ・もやし・にんにく・たまねぎ・にんじん・ぶなしめじ・トマト・りんご	たまねぎ・キャベツ・きゅうり・コーン・しょうが・にんにく・にんじん・メンマ・干しいたけ・にら・長ねぎ	りんご・しめじ・たまねぎ・にんにく・にんじん・ブロッコリー・コーン・キャベツ・パセリ	だいこん・キャベツ・ほうれんそう・にんじん・干しいたけ・ごぼう・れんこん・こんにやく・たけのこ・さやえんどう
エネルギー	627 kcal 759 kcal	700 kcal 852 kcal	697 kcal 839 kcal	633 kcal 765 kcal
21	22	23	24 外小なし	25 加小なし
洋梨ヨーグルト 五目きんぴら とりのてりやき ごはん わかめのみそ汁	フレンチサラダ パンプキンオムレツ ツナのチャウダー コーンピラフ		そくせきづけ ちくわの磯辺天ぷら 米粉めん ちゃんこうどん汁	ひじき煮 さばのカレーてりやき 新発田麩のかき玉汁 ごはん
とり肉・さつま揚げ・とうふ・わかめ・ヨーグルト・牛乳	卵・ひよこまめ・ツナ・あさり・白いんげん豆・牛乳		ちくわ・あおさ・とり肉・牛乳	さば・ひじき・さつま揚げ・大豆・卵・牛乳
米・でん粉・油・ごま・砂糖・じゃがいも	米・油・砂糖・でん粉・バター・じゃがいも		米粉・小麦粉・でん粉・油・ごま・パン粉・砂糖	米・砂糖・油・じゃがいも・新発田麩・でん粉
だいこん・にんじん・こんにやく・さやいんげん・えのきたけ・長ねぎ・ラフランス	コーン・かぼちゃ・キャベツ・にんじん・きゅうり・たまねぎ・パセリ		きゅうり・キャベツ・にんじん・干しいたけ・ごぼう・だいこん・たまねぎ・はくさい・ぶなしめじ・長ねぎ	にんじん・ごぼう・こんにやく・さやいんげん・たまねぎ・ほうれんそう
エネルギー	639 kcal 758 kcal	675 kcal 825 kcal	623 kcal 791 kcal	659 kcal 801 kcal
28	29 ★二小リクエスト献立★	30	* * * お知らせ * * *	
きりぼしだいこんのマヨネーズあえ 肉だんごのあんかけ さつまいも(2個) ごはん あおなのみそ汁	みかん かいそうサラダ たれカツ(2個) ごはん はるさめスープ	きりざい さばのみそ煮 ごはん とりごぼう汁	1. 11月の地場産物 米・ヤーコン・だいこん・長ねぎ・たまねぎ・キャベツ・ごぼう・さつまいも・えのきたけ・にんじん・はくさい・あやめみそ 2. 小・中学校のエネルギー基準値 小学校中学年の基準：640kcal 中学校の基準：820kcal	
ぶた肉・ロースハム・厚揚げ・大豆・牛乳	ぶた肉・海藻ミックス・牛乳	さば・納豆・とり肉・牛乳		
米・さつまいも・パン粉・でん粉・砂糖・油・水あめ・ごま・ノンエッグマヨネーズ	米・パン粉・小麦粉・油・砂糖・ごま油・春雨	米・でん粉・砂糖・ごま・じゃがいも		
たまねぎ・きりぼしだいこん・キャベツ・きゅうり・えのきたけ・はくさい・小松菜	コーン・キャベツ・にんじん・もやし・メンマ・長ねぎ・チンゲンサイ・みかん	たくあん・小松菜・野沢菜漬け・にんじん・ごぼう・だいこん・えのきたけ・長ねぎ・さやえんどう		
エネルギー	646 kcal 755 kcal	666 kcal 826 kcal		



* 献立は都合により、変更となる場合がありますのでご了承ください。
* アレルギーをお持ちのお子さんは献立内容表でご確認ください。