

# 5月 献立予定表

2018.5 新発田市学校給食北共同調理場

	月	火	水	木	金
	<b>日付 学校の給食予定</b>	<b>1</b>	<b>2 ☆こどもの日献立☆</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
<b>献立</b>	<p>配膳図と献立名 太字は郷土料理と地場産物です。</p>				
<b>赤</b>	<b>体をつくる食品</b>	とり肉・油あげ・大豆ペースト・昆布・牛乳	たまご・大豆・とうふ・わかめ・油あげ・牛乳		
<b>黄</b>	<b>熱や力になる食品</b>	米・じゃがいも	米・ごま油・砂糖・ごま・じゃがいも・あん・上新粉		
<b>緑</b>	<b>体の調子を整える食品</b>	しょうが・キャベツ・きゅうり・にんじん・えのきたけ・わらび	にんじん・きゅうり・キャベツ・コーン・たけのこ・れんこん・かんぴょう・しいたけ・よもぎ・長ねぎ		
エネルギー	小学校のエネルギー   中学校のエネルギー	595 kcal   733 kcal	609 kcal   751 kcal		
	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>
<b>献立</b>					
<b>赤</b>	ししゃも・とうふ・もずく・油あげ・のり・牛乳	ふた肉・とうふ・アーモンド・ごま・かたくちいわし・牛乳	たら・さつまあげ・昆布・あさり・とうふ・牛乳	とり肉・かまぼこ・油あげ・牛乳	メバル・油あげ・ふた肉・牛乳
<b>黄</b>	米・油・ごま・砂糖・じゃがいも・パン粉・小麦粉・でん粉	米・麦・油・でん粉・ごま油・春雨・砂糖	米・ごま油・砂糖・じゃがいも・新発田ふと・ノンエッグマヨネーズ	小麦粉・大麦粉・油・ごま・大豆油・とうもろこしてん粉	米・油・砂糖・じゃがいも
<b>緑</b>	たけのこ・キャベツ・もやし・にんじん・えのきたけ・長ねぎ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・たけのこ・にんじん・干しいたけ・長ねぎ・きゅうり・キャベツ・コーン	にんじん・ごぼう・長ねぎ・こんにゃく・パセリ	干しいたけ・ごぼう・にんじん・まいたけ・たけのこ・長ねぎ・キャベツ・しょうが・玉ねぎ・菜の花	ふき・にんじん・しょうが・玉ねぎ・干しいたけ・さやいんげん・こんにゃく
エネルギー	716 kcal   885 kcal	641 kcal   781 kcal	622 kcal   766 kcal	661 kcal   799 kcal	608 kcal   744 kcal
	<b>14 本中なし</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18 ★食育の日献立★</b>
<b>献立</b>					
<b>赤</b>	ふた肉・なると・とうふ・わかめ・チーズ・牛乳	さば・とうふ・牛乳	ふた肉・スキムミルク・わかめ・ヨーグルト・牛乳	ベーコン・あさり・スキムミルク・チーズ・とり肉・牛乳	ほたて・とり肉・ふた肉・かまぼこ・牛乳
<b>黄</b>	米・油・でん粉・砂糖・ごま油・春雨	米・油・じゃがいも・車ふ・砂糖・でん粉	米・麦・じゃがいも・砂糖・ごま油・バター	小麦粉・油・バター・じゃがいも・米粉・砂糖・パン粉	米・油・砂糖・ごま油・ごま・じゃがいも・パン粉・小麦粉
<b>緑</b>	しょうが・にんにく・白菜キムチ・玉ねぎ・たくあん・もやし・大豆もやし・ほうれん草・にんじん・メンマ・コーン・長ねぎ	こんにゃく・キャベツ・きゅうり・にんじん・しそ・ごぼう・大根・ぜんまい・なめこ・長ねぎ・しょうが	玉ねぎ・にんにく・しょうが・にんじん・キャベツ・きゅうり・コーン・こんにゃく・りんご	りんご・甘夏みかん・パイナップル・キャベツ・玉ねぎ・にんじん・マッシュルーム・パセリ・しょうが・にんにく	ピーマン・玉ねぎ・小松菜・もやし・にんじん・ごぼう・ふき・干しいたけ・たけのこ・ぜんまい・こんにゃく・しょうが・さやえんどう
エネルギー	629 kcal   779 kcal	616 kcal   760 kcal	710 kcal   870 kcal	699 kcal   876 kcal	636 kcal   779 kcal
	<b>21 二小・一中なし</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>
<b>献立</b>					
<b>赤</b>	茎わかめ・ふた肉・たまご・いわし・牛乳	とり肉・ふた肉・油あげ・牛乳	かつお・わかめ・ちくわ・とり肉・ほたて・あつあつ・牛乳	ふた肉・えび・たら・スキムミルク	ツナ・とり肉・ベーコン・あさり・白いんげん豆・牛乳
<b>黄</b>	米・油・砂糖・じゃがいも・でん粉・玄米粉・米粉パン粉	米・ごま油・砂糖・でん粉・じゃがいも	米・油・砂糖・パン粉・小麦粉・ごま油・ごま・じゃがいも	小麦粉・でん粉・ごま油・ごま・砂糖・米粉	米・じゃがいも・油・砂糖・オリーブ油・マカロニ
<b>緑</b>	青菜・にんじん・さやいんげん・えのきたけ・こんにゃく・長ねぎ・しょうが・玉ねぎ	玉ねぎ・フロッコリー・キャベツ・えのきたけ・にんじん・ほうれん草・しょうが	きゅうり・キャベツ・コーン・たけのこ・にんじん・ふき・こんにゃく・にんにく	にんじん・メンマ・もやし・長ねぎ・切干大根・ほうれん草・キャベツ・枝豆・たけのこ・しょうが・にんにく・いちご果汁	きゅうり・にんじん・コーン・にんにく・セロリ・玉ねぎ・キャベツ・ママーレード・グリーンピース・トマト・パセリ
エネルギー	638 kcal   791 kcal	621 kcal   766 kcal	676 kcal   834 kcal	619 kcal   805 kcal	635 kcal   785 kcal
	<b>28 外小・東豊小なし</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>	<b>*お知らせ*</b>
<b>献立</b>					<p><b>*お知らせ*</b></p> <p>1. 5月の地場産物 米・あやめみそ・長ねぎ・きゅうり・パセリ・小松菜・とうふ・あつあつ</p> <p>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</p> <p>食器をきちんと持って、食事のマナーを守り、楽しく食事をしましょう!</p>
<b>赤</b>	ベーコン・とり肉・白いんげん豆ペースト・チーズ・牛乳	さわら・とり肉・ひじき・あつあつ・牛乳	わかめ・たまご・ふた肉・えび・あさり・牛乳	ふた肉・とうふ・わかめ・牛乳	
<b>黄</b>	米・バター・油・でん粉	米・油・砂糖・じゃがいも	米・じゃがいも・油・砂糖・アーモンド・ビーフン	米・麦・油・砂糖・でん粉・ごま油・ごま・アーモンド・じゃがいも	
<b>緑</b>	玉ねぎ・にんじん・マッシュルーム・パセリ・キャベツ・ほうれん草・コーン・日向夏果汁	ごぼう・にんじん・さやいんげん・大根・なめこ・小松菜・こんにゃく	きゅうり・キャベツ・レモン果汁・にんじん・たけのこ・干しいたけ・もやし・チンゲンサイ	ごぼう・にんじん・干しいたけ・たけのこ・もやし・ほうれん草・ぶなしめじ・長ねぎ・こんにゃく	
エネルギー	663 kcal   809 kcal	606 kcal   747 kcal	602 kcal   740 kcal	610 kcal   753 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。