

4月 献立予定表

2021.4 新発田市学校給食北共同調理場

	月	火	水	木	金
献立 赤 黄 緑 <small>エネルギー</small>	***お知らせ*** 1. 4月の地場産物 米・とうふ・あつあげ・あやめみそ キャベツ 		日付 学校の給食予定 配膳図と献立名 太字は郷土料理と地場産物です。 体をつくる食品 熱や力になる食品 体の調子を整える食品 <small>小学校のエネルギー 中学校のエネルギー</small>	8 外小、東豊2~6年、豊小2~6年、本中、一中開始 豆乳パンナコッタ 細切りポテトサラダ ソフトめん 大豆入り ミードソース 694 kcal 843 kcal	9 切り干し大根のいため煮 さけの塩やき ごはん 春野菜汁 さけ・ぶた肉・大豆・あつあげ・牛乳 米・油・砂糖・じゃがいも にんじん・切り干し大根・大根・さやいんげん・たけのこ・キャベツ・玉ねぎ・かぶ・小松菜 600 kcal 733 kcal
	12 二小2~6年、東豊1年開始 キャベツとコーンのおひたし ハンバーグの玉ねぎソースかけ ごはん 青菜のみそ汁 とり肉・ぶた肉・あつあげ・牛乳 米・でん粉・じゃがいも・砂糖 玉ねぎ・キャベツ・にんじん・コーン・えのきたけ・長ねぎ・小松菜 620 kcal 769 kcal	13 二小1年開始 みかんクレープ 海そうサラダ ポークカレー(麦ごはん) 海藻ミックス・ぶた肉・スキムミルク・豆乳・牛乳 米・麦・砂糖・ごま油・バター・じゃがいも・砂糖・米粉・水あめ・でん粉 きゅうり・キャベツ・にんじん・にんにく・玉ねぎ・みかん 745 kcal 897 kcal	14 豊小1年給食開始 ごまびたし さばのみそ煮 ごはん とん汁 さば・ぶた肉・とうふ・牛乳 米・でん粉・砂糖・ごま・じゃがいも キャベツ・にんじん・ほうれん草・ごぼう・大根・こんにゃく・長ねぎ 638 kcal 803 kcal	15 フルーツサラダ マスタードチキン 黒砂糖パン 豆乳クラムチャウダー スキムミルク・とり肉・ベーコン・あさり・白いんげん豆・豆乳・牛乳 小麦粉・砂糖・黒砂糖・オリーブ油・バター・じゃがいも パセリ・甘夏みかん・パイナップル・きゅうり・キャベツ・玉ねぎ・にんじん・マッシュルーム 666 kcal 835 kcal	16 ミルメーク ひじきのいり煮 たまごやき 菜めし さわ煮わん かつお節・たまご・ひじき・大豆・さつまあげ・ぶた肉・牛乳 米・砂糖・麦芽糖・油・でん粉・じゃがいも・春雨 広島菜・京菜・大根菜・にんじん・ごぼう・干しいたけ・えのきたけ・たけのこ・さやえんどう 628 kcal 759 kcal
	19 ★食育の日★ いちごゼリー いそかあえ にしんのてり煮 ごはん 春のこにもん にしん・のり・ほたて・とり肉・牛乳 米・砂糖・でん粉・じゃがいも・グラニュー糖・粉あめ ほうれん草・もやし・にんじん・ごぼう・干しいたけ・たけのこ・こんにゃく・ふき・いちご・クランベリー 612 kcal 739 kcal	20 フロccoliーサラダ ツナたまごの具 麦ごはん もずくスープ ツナ・たまご・青大豆・とうふ・もずく・牛乳 米・麦・油・砂糖 しょうが・にんじん・フロccoliー・キャベツ・コーン・えのきたけ・たけのこ・長ねぎ 655 kcal 810 kcal	21 春雨サラダ 肉だんご(2個) ごはん とうふの中華煮 とり肉・ぶた肉・牛肉・とうふ・牛乳 米・砂糖・油・でん粉・ごま油・春雨・ごま 玉ねぎ・キャベツ・にんじん・コーン・しょうが・にんにく・たけのこ・きくらげ・長ねぎ・チンゲン菜 654 kcal 780 kcal	22 マヨたくあえ いわしのカリカリフライ(2個) ゆでうどん カレー なんばん汁 まいわし・とり肉・油あげ・牛乳 小麦粉・水あめ・砂糖・じゃがいも・でん粉・玄米粉・米粉パン粉・油・ノンエックマヨネーズ しょうが・大根・キャベツ・小松菜・にんじん・ごぼう・干しいたけ・ぶなしめじ・玉ねぎ・白菜・長ねぎ 751 kcal 893 kcal	23 莖わかめのきんぴら とりのてりやき ごはん いらたまみそ汁 とり肉・くさわかめ・ぶた肉・とうふ・たまご・牛乳 米・でん粉・油・砂糖・じゃがいも にんじん・こんにゃく・さやいんげん・にら 612 kcal 744 kcal
	26 ぜんまいのナムル ぶた肉のしょうがいため 麦ごはん 中華コーンスープ ぶた肉・とうふ・わかめ・牛乳 米・麦・ごま油・でん粉・砂糖・じゃがいも しょうが・たけのこ・玉ねぎ・にんじん・さやいんげん・もやし・ぜんまい・ほうれん草・きくらげ・コーン・長ねぎ 601 kcal 742 kcal	27 りんご ビーンズサラダ チキンドリアソース(ターメリックライス) ベーコン・とり肉・スキムミルク・ミックスビーンズ・白いんげん豆・チーズ・牛乳 米・オリーブ油・バター きゅうり・キャベツ・にんじん・玉ねぎ・マッシュルーム・パセリ・りんご 645 kcal 801 kcal	28 小松菜の和風サラダ いわしのおろし煮 ごはん 肉じゃが いわし・ぶた肉・牛乳 米・砂糖・でん粉・オリーブ油・油・じゃがいも 大根・小松菜・キャベツ・コーン・にんじん・しょうが・玉ねぎ・こんにゃく・干しいたけ・さやいんげん 618 kcal 760 kcal	29 カレーもやし チキンたれかつ ごはん わらびのみそ汁 とり肉・あつあげ・大豆・牛乳 米・パン粉・小麦粉・油・砂糖・じゃがいも もやし・にんじん・ほうれん草・わらび・えのきたけ 644 kcal 784 kcal	30 644 kcal 784 kcal

ご入学、ご進級、おめでとうございます!

今年度も北共同調理場では子どもたちの健やかな成長のお手伝いができるよう、職員一同、安全・安心、そしておいしい給食作りを心がけます。学校給食に対するご理解、ご協力をお願いいたします。

- ☆郷土料理を取り入れ、毎月19日の「食育の日」には小煮物を出します。
- ☆季節感のある献立になるように、旬の野菜や地場産物を取り入れます。
- ☆いろいろな料理、食べ物を体験できるように献立を工夫します。
- ☆卵・乳・種実類・えび・かに・小麦・そばの食物アレルギーに対応した代替食(主菜・デザートのみ)、除去食の提供が可能です。希望される方は、学校にご相談ください。

* 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。

北共同調理場の給食

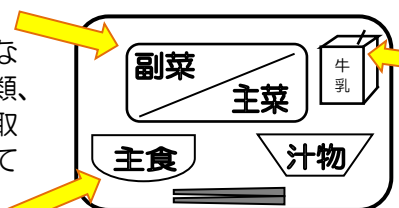
おかず

家庭で不足しがちな芋類、豆類、海そう類、種実類、小魚を多く取り入れるよう工夫しています。

主食

ごはん：月・火・水・金
 パン・めん：木曜日

★米は新発田市産のコシヒカリ100%です。



牛乳

成長期に必要なカルシウムやたんぱく質をとるために、ほぼ毎日つきます。