

1月 献立予定表

2022.1 新発田市学校給食北共同調理場

月	火	水	木	金
献立 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。 	しばたうし 給食週間中、26日(水)の給食に「 新発田牛 」が登場します!! 新発田牛は、おいしい新発田の稲わらを食べて育ち、肉質がやわらかいのが特徴です。お楽しみに~☆   			7 第一中開始 ごまあえ コーンしゅうまい (2個) わかめごはん 肉じゃが 
赤 体をつくる食品 黄 熱や力になる食品 緑 体の調子を整える食品 エネルギー 小学校:エネルギー 中学校:エネルギー	わかめ・魚肉・ぶた肉・牛乳 米・でん粉・ごま・砂糖・キャノーラ油・じゃがいも とうもろこし・ほうれんそう・もやし・にんじん・玉ねぎ・こんにゃく 638 kcal 808 kcal			
献立 10 成人の日 	11 外小・二小・東豊小・本丸中開始 こんぶ大豆 フルーツサラダ チキンキーマカレー (ごはん) 	12 豊浦小開始 ミルクコーヒー うのはないり かますの西京焼き ごはん キャベツのみそ汁 	13 みかん さつまいもと大豆の揚げ煮 中華めん みそラーメン スープ 	14 さけふりかけ ポテトとブロッコリーのサラダ あつやきたまご ごはん 白玉雑煮 
赤 とり肉・大豆・スキムミルク・こんぶ・牛乳 黄 米・キャノーラ油・バター・じゃがいも・カレーパウダー 緑 あまなつみかん・パイン・きゅうり・キャベツ・しょうが・にんにく・玉ねぎ・にんじん・チャツネ・りんご エネルギー 681 kcal 835 kcal	12 ミナミカゴカマス・ちくわ・豆乳・おから・油揚げ・みそ・牛乳 黄 米・キャノーラ油・砂糖・じゃがいも・ミルクコーヒー 緑 長ねぎ・ごぼう・にんじん・こんにゃく・キャベツ・えのきたけ・玉ねぎ エネルギー 621 kcal 749 kcal	13 大豆・ぶた肉・牛乳 黄 ゆで中華めん・さつまいも・大豆油・キャノーラ油・砂糖 緑 にんにく・にんじん・玉ねぎ・キャベツ・もやし・しいたけ・メンマ・にら・長ねぎ・みかん エネルギー 734 kcal 883 kcal	14 たまご・ひよこめ・赤いんげん豆・かまぼこ・とり肉・鮭・のり・牛乳 黄 米・でん粉・じゃがいも・ノンエッグマヨネーズ・砂糖・白玉もち 緑 ブロッコリー・ごぼう・にんじん・だいこん・しいたけ・こんにゃく・長ねぎ・こまつな エネルギー 651 kcal 795 kcal	
献立 17 東豊小リクエストメニュー レモンシャーベット カレーもやし チキンたれカツ ごはん ワンタンスープ 	18 いりだいず ヨーグルトあえ マーボー丼の具 (ごはん) 	19 中学校3年なし カレーおから 納豆 ごはん おでん 	20 外小3年なし ブロッコリーサラダ チリコンカン コッペパン あさりのコンソメスープ 	21 二小4年なし たくあんサラダ ツナたまごの具 ごはん さつまい 
赤 とり肉・ぶた肉・牛乳 黄 米・大豆油・砂糖・ワンタンの皮 緑 もやし・にんじん・ほうれんそう・メンマ・しいたけ・チンゲン菜・長ねぎ・レモン エネルギー 628 kcal 772 kcal	18 ヨーグルト・とり肉・大豆・とうふ・みそ・大豆・牛乳 黄 米・アセロラジュレ・キャノーラ油・砂糖・でん粉 緑 もも・パイン・しょうが・にんにく・長ねぎ・にんじん・たけのこ・しいたけ・にら エネルギー 663 kcal 809 kcal	19 とり肉・豆乳・おから・ちくわ・がんもどき・昆布・とり肉・うずら卵・牛乳・納豆・あおさ 黄 米・キャノーラ油・砂糖・さといも 緑 長ねぎ・ピーマン・にんじん・とうもろこし・だいこん・玉ねぎ・こんにゃく・しそ エネルギー 671 kcal 811 kcal	20 とり肉・大豆・あさり・ベーコン・牛乳 黄 パン・オリーブ油・じゃがいも 緑 にんにく・玉ねぎ・トマト・ブロッコリー・にんじん・キャベツ・とうもろこし・しめじ エネルギー 632 kcal 804 kcal	21 ツナ缶・たまご・油揚げ・とり肉・大豆・牛乳 黄 米・キャノーラ油・砂糖・ノンエッグマヨネーズ・さつまいも 緑 しょうが・にんじん・玉ねぎ・たくあん・キャベツ・きゅうり・だいこん・ごぼう・しめじ・こんにゃく・長ねぎ エネルギー 660 kcal 818 kcal
献立 24 給食週間☆佐渡献立☆ 花野菜のごまじょうゆ プリたれカツ あえ ごはん ながもスープ 	25 給食週間☆中越献立☆ きりざい れんこん ハンバーグ ごはん 番屋汁 	26 給食週間☆新発田献立☆ オータムポエムののり豆あえ 新発田牛どん (ごはん) 新発田 あったか汁 	27 給食週間☆聖籠献立☆ ぶどうゼリー 砂里芋 サラダ 米粉めん キムチチゲ スープ アルビ牛乳	28 給食週間☆上越献立☆ 二小5・6年なし オータムポエムののり豆あえ にぎすの かんずりソース 野沢菜ごはん 又キー汁 
赤 プリ・かまぼこ・とうふ・ながも・牛乳 黄 米・パン粉・大豆油・砂糖・ごま油・ごま 緑 ブロッコリー・カリフラワー・とうもろこし・にんじん・えのきたけ・たけのこ・長ねぎ エネルギー 673 kcal 816 kcal	25 とり肉・ぶた肉・納豆・さけ・たら・いか・油揚げ・大豆・牛乳 黄 米・砂糖・ごま・酒かす 緑 玉ねぎ・れんこん・たくあん・のさわな・にんじん・だいこん・ごぼう・こんにゃく・長ねぎ エネルギー 677 kcal 827 kcal	26 新発田牛・青大豆・のり・油揚げ・牛乳 黄 米・砂糖・さといも・新発田麩・酒かす 緑 しょうが・玉ねぎ・しいたけ・こんにゃく・オータムポエム・もやし・にんじん・だいこん・ごぼう・長ねぎ エネルギー 705 kcal 874 kcal	27 ツナ缶・ぶた肉・とうふ・牛乳 黄 米粉めん・さといも・ノンエッグマヨネーズ・キャノーラ油 緑 ブロッコリー・とうもろこし・にんにく・しょうが・にんじん・えのきたけ・はくさい・キムチ・にら・長ねぎ・ぶどう エネルギー 627 kcal 752 kcal	28 にぎす・ぶた肉・とうふ・牛乳 黄 米・米粉・大豆油・砂糖・さつまいも 緑 しょうが・のさわな・トマト・かんずり・オータムポエム・キャベツ・にんじん・とうもろこし・ごぼう・しいたけ・だいこん・こんにゃく・長ねぎ エネルギー 606 kcal 756 kcal
献立 31 ココロ こんにゃくサラダ ハヤシライス (ごはん) 	北共同調理場の給食週間は、1月24日(月)から28日(金)です☆ 今年のテーマは・・・ 「♡しばたの心継承♡～ふるさと新潟の味めぐりランチ～」 です♪ 			
赤 青大豆・わかめ・ぶた肉・豆乳・牛乳 黄 米・ごま油・砂糖・キャノーラ油・じゃがいも 緑 こんにゃく・きゅうり・とうもろこし・にんにく・玉ねぎ・にんじん・マッシュルーム・トマト・いちご エネルギー 647 kcal 785 kcal	24日(月)佐渡地方、25日(火)中越地方、26日(水)新発田市、27日(木)聖籠町、28日(金)上越地方をイメージして献立を作成しました。 どの日も、新発田市や新潟県内で生産された食材を多く使用しました。おいしい給食を食べながら、各地区の特徴や食文化を楽しく学びましょう☆			

* 今月から、裏面の内容表の掲載はなくなりました。御了承ください。
 * 献立は都合により、変更となる場合がありますので御了承ください。
 <1月の地場産物> 米・新発田牛・とうふ・おから・新発田麩・酒かす
 オータムポエム・大根・白菜・長ねぎ・キャベツ・えのきたけ・ごぼう