

# 6月 献立予定表

2022.6 新発田市学校給食北共同調理場

	月	火	水	木	金
<b>献立</b> 6月は食育月間です 6月は食育基本法に基づいて実施される食育月間となっています。 子どもから高齢者まで生涯を通じて健康に過ごすための食生活のあり方や、持続可能な食の環境、地域の食文化などに関心を持つ期間となっています。			1	2 豊浦小6年なし	3 豊浦小6年なし
			キャベツのごまあえ さばのみそ煮 ごはん けんちん汁 サバ・とうふ・牛乳	パインサラダ チリコンカン コッペパン コーンクリームスープ ぶた肉・大豆・白いんげん豆・豆乳・牛乳	春雨の炒め物 かみかみ たこメンチ 豆腐のうま煮 ごはん スケソウダラ・たこ・あおさ・ぶた肉・とり肉・かまぼこ・とうふ・牛乳
			米・でん粉・ごま・砂糖・ごま油 キャベツ・もやし・にんじん・だいこん・ごぼう・こんにゃく・長ねぎ	にんにく・しょうが・玉ねぎ・にんじん・マッシュルーム・トマト・パセリ・パイン・キャベツ・きゅうり・とうもろこし	米・米油・パン粉・小麦粉・砂糖・春雨・でん粉 キャベツ・にんにく・しょうが・にんじん・たけのこ・きくらげ・えだまめ・玉ねぎ・長ねぎ
			621 kcal   831 kcal	656 kcal   831 kcal	669 kcal   831 kcal
<b>献立</b> 6 冷凍パイン かいそうサラダ ポークカレー(ごはん)	7	8 東豊小5年なし	9 東豊小5年なし	10 中学校なし	
	おひたし チキン たれカツ ごはん わかめのみそ汁 とり肉・厚揚げ・わかめ・牛乳	のり酢あえ 豚肉のケチャップ炒め ごはん もずく汁 ぶた肉・のり・かまぼこ・とうふ・もずく・牛乳	カレーもやし 春巻き 中華めん 豆乳野菜スープ ぶた肉・豆乳・大豆・牛乳	昆布あえ あじの薬味ソース ごはん じゃがいものそばろ煮 メアジ・昆布・ぶた肉・厚揚げ・牛乳	
	米・バター・じゃがいも・ごま油・砂糖・カレーウ にんにく・しょうが・玉ねぎ・にんじん・チャツネ・りんご・きゅうり・もやし・とうもろこし・パイン	米・米油・パン粉・小麦粉・砂糖・じゃがいも キャベツ・ほうれんそう・にんじん・とうもろこし・えのきたけ	米・米油・砂糖・でん粉・じゃがいも しょうが・にんにく・玉ねぎ・ピーマン・にんじん・キャベツ・もやし・たけのこ・えのきたけ・長ねぎ	中華めん・米油・小麦粉・春雨・でん粉・米粉・砂糖・ごま油 玉ねぎ・しいたけ・もやし・にんじん・ごま・な・にんにく・しょうが・メンマ・きくらげ・キャベツ・長ねぎ・チンゲンサイ	米・米油・砂糖・ごま油・じゃがいも・でん粉 しょうが・長ねぎ・もやし・にんじん・きゅうり・玉ねぎ・しいたけ・こんにゃく・さやいんげん
	622 kcal   771 kcal	610 kcal   772 kcal	630 kcal   782 kcal	670 kcal   853 kcal	634 kcal   - kcal
<b>献立</b> 13 春雨サラダ 焼き肉 ごはん 卵コーンスープ	14 二葉小6年・東豊小4年なし	15 二葉小6年なし	16	17	
	くきわかめの きんぴら さばの塩こうじ焼き あえ じゃがいものみそ汁 ごはん サバ・くきわかめ・ぶた肉・厚揚げ・わかめ・牛乳	枝豆サラダ ちくわの磯辺あげ ごはん 豚汁 ちくわ・あおさ・ぶた肉・とうふ・牛乳	フレンチサラダ 照り焼きチキン 横割り丸パン ミネストローネ とり肉・ベーコン・あさり・大豆・牛乳	ピリ辛もやし さばのごま揚げ ごはん 小煮物 サバ・かまぼこ・とり肉・ほたて・牛乳	
	米・米油・砂糖・でん粉・春雨・ごま油・じゃがいも しょうが・にんにく・玉ねぎ・にんじん・ピーマン・もやし・きゅうり・メンマ・とうもろこし・長ねぎ	米・米油・じゃがいも・米こうじ・砂糖 にんじん・こんにゃく・さやいんげん・えのきたけ	米・米油・でん粉・砂糖・小麦粉・ごま油・じゃがいも キャベツ・きゅうり・にんじん・えだまめ・ごぼう・えのきたけ・こんにゃく・長ねぎ	丸パン・米油・オリーブ油・じゃがいも・砂糖 キャベツ・きゅうり・にんじん・にんにく・セロリ・玉ねぎ・トマト	米・米油・ごま・ラー油・砂糖・ごま油・じゃがいも・でん粉 しょうが・もやし・きゅうり・にんじん・ごぼう・しいたけ・こんにゃく・たけのこ
	628 kcal   772 kcal	640 kcal   778 kcal	613 kcal   776 kcal	568 kcal   756 kcal	663 kcal   823 kcal
<b>献立</b> 20 みかんゼリー 中華サラダ マーボー丼の具(ごはん)	21	22 外小・東豊6年なし	23 外小・東豊6年なし	24 中学校なし	
	夏みかんサラダ ハンバーグ 青菜ごはん カレーコンソメスープ かつお節・ぶた肉・とり肉・ベーコン・あさり・大豆・牛乳	たくあんあえ いわしのかば焼き ごはん 新発田麩のみそ汁 イワシ・とうふ・大豆・わかめ・牛乳	アップルシャーベット 細切りポテトサラダ 米粉めん ミートソース ぶた肉・大豆・チーズ・牛乳	アーモンド キャベツ 鶏肉と大豆のチリソース ごはん 厚揚げのみそ汁 とり肉・大豆・厚揚げ・わかめ・牛乳	
	米・米油・砂糖・でん粉・春雨・ごま油 しょうが・にんにく・にんじん・たけのこ・しいたけ・長ねぎ・にら・キャベツ・きゅうり・みかん	米・砂糖・でん粉・米油・じゃがいも 広島菜・京菜・だいこん葉・なつみかん・キャベツ・きゅうり・玉ねぎ・にんじん・しめじ・パセリ	米・米油・でん粉・砂糖・じゃがいも・新発田麩 だいこん・もやし・きゅうり・にんじん・えのきたけ	米粉めん・米油・じゃがいも・ブラウンウ・砂糖 にんにく・しょうが・玉ねぎ・にんじん・セロリ・マッシュルーム・トマト・きゅうり・とうもろこし・りんご	米・米油・でん粉・砂糖・ごま油・アーモンド・じゃがいも にんにく・玉ねぎ・キャベツ・きゅうり・えのきたけ・にんじん
	627 kcal   778 kcal	640 kcal   806 kcal	636 kcal   805 kcal	656 kcal   812 kcal	646 kcal   - kcal
<b>献立</b> 27 りんごゼリー フロccoliーサラダ 中華あんかけ(ごはん)	28	29	30	日付 学校の給食予定	
	ひじきの梅あえ 厚焼きたまご わかめごはん 肉じゃが わかめ・たまご・ひじき・ぶた肉・牛乳	ソース のり豆あえ えびカツ ごはん 沢煮わん えび・スケソウダラ・のり・青大豆・ぶた肉・かまぼこ・牛乳	じゃがいもの カレーきんぴら かますのしょうゆ焼き ごはん かきたま汁 カマス・ベーコン・かまぼこ・とうふ・たまご・牛乳	配膳図と献立名 太字は郷土料理と地場産物です。 <b>体をつくる食品</b> <b>熱や力になる食品</b> <b>体の調子を整える食品</b>	
	米・でん粉・ごま油・じゃがいも・米油・砂糖 しょうが・にんにく・にんじん・きくらげ・玉ねぎ・たけのこ・しめじ・もやし・チンゲンサイ・フロccoliー・とうもろこし・りんご	米・オリーブ油・砂糖・米油・じゃがいも きゅうり・もやし・にんじん・うめ・しょうが・玉ねぎ・こんにゃく・しいたけ・さやいんげん	米・米油・パン粉・でん粉・小麦粉・砂糖・春雨 玉ねぎ・きゅうり・もやし・にんじん・ごぼう・えのきたけ・たけのこ・ごま・つな	米・でん粉・ごま油・じゃがいも にんじん・こんにゃく・ピーマン・たけのこ・えのきたけ・ごま・つな	
	627 kcal   779 kcal	618 kcal   780 kcal	592 kcal   727 kcal	575 kcal   750 kcal	小学校:エネルギー 中学校:エネルギー

\* 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。 <6月の地場産物> 米・とうふ・厚揚げ・あやめみそ  
 \* エネルギーの基準値は、小学校650kcal、中学校830kcalです。 きゅうり・玉ねぎ・長ねぎ・パセリ