

5月 献立予定表

2023.5 新発田市学校給食北共同調理場



	月	火	水	木	金	
献立	1	2 こどもの日献立	3	4	5	
	フルーツカクテル チキンドリアソース (ターメリックライス)	笹だんご アスパラガスの ごまマヨあえ ししよも (小1個) 米粉フライ (中2個) たけのこ すまし汁 ごはん	魔法記念の日	みどりの日	こどもの日	
	赤	とり肉・ベーコン・白いんげん豆・牛乳・チーズ・牛乳	油揚げ・カラフトシシャモ・とうふ・わかめ・牛乳			
	黄	米・バター・ホワイトルウ・砂糖	米・米油・ノンエッグマヨネーズ・ごま・笹団子			
	緑	パイン・みかん・もも・いちご・玉ねぎ・にんじん・マッシュルーム・パセリ	アスパラガス・にんじん・とうもろこし・しめじ・たけのこ			
エネルギー	676 kcal 843 kcal	696 kcal 870 kcal	kcal kcal	kcal kcal	kcal kcal	
献立	8	9	10	11	12	
	りんごゼリー アスパラ コーンサラダ ハヤシライス (ごはん)	カリフラワーの カレーマヨ炒め さばの てりやき ごはん わかたけ汁	のりふりかけ アーモンドあえ ハンバーグ たまねぎソース ごはん ワンタン スープ	ごまあえ 野菜かきあげ 大麦めん 鶏ごぼう汁	のり酢あえ かつおフライの みそだれかけ ごはん あつあげの みそ汁	
	赤	ぶた肉・牛乳	さば・ウインナー・わかめ・厚揚げ・牛乳	ぶた肉・とり肉・のり・かつお節・牛乳	とり肉・油揚げ・かまぼこ・牛乳	
	黄	米・砂糖・米油・じゃがいも	米・ノンエッグマヨネーズ・砂糖・でん粉	米・砂糖・でん粉・じゃがいも・アーモンド・ワンタンの皮	大麦めん・米油・ごま・砂糖	
	緑	アスパラガス・キャベツ・とうもろこし・にんにく・セロリ・玉ねぎ・にんじん・マッシュルーム・トマト・りんご	カリフラワー・にんじん・たけのこ・長ねぎ	玉ねぎ・ほうれんそう・キャベツ・にんじん・メンマ・しいたけ・もやし・チンゲン菜・長ねぎ・抹茶	玉ねぎ・春菊・ほうれんそう・もやし・にんじん・ごぼう・はくさい・こんにゃく・しいたけ・たけのこ・長ねぎ	にんにく・キャベツ・もやし・にんじん・ほうれんそう・しめじ・はくさい・長ねぎ
エネルギー	660 kcal 807 kcal	665 kcal 816 kcal	642 kcal 798 kcal	660 kcal 820 kcal	608 kcal 764 kcal	
献立	15 本丸中なし	16 第一中なし	17	18	19 食育の日献立	
	ミニゼリー 春雨サラダ 豚キムチ丼の具 ごはん 荳わかめとあさりの中華スープ	さけふりかけ アーモンド きんぴら 野菜の豆腐よせ ごはん みそちゃんこ汁	はちみつレモンゼリー キャバツの ごまびたし しのだ煮 いりこ 菜めし カレー 肉じゃが	ノンエッグタルタルソース 夏みかん サラダ えびカツ 米粉チーズパン コンソメ スープ	ゆかりあえ さばのみそ煮 ごはん 春の小煮物	
	赤	ぶた肉・荳わかめ・とうふ・あさり・牛乳	豆乳・ぶた肉・油揚げ・とうふ・とり肉・鮭・昆布・のり・牛乳	かたくちいわし・かつお節・とり肉・油揚げ・ぶた肉・牛乳	チーズ・えび・スケソウダラ・ベーコン・あさり・牛乳	
	黄	米・米油・砂糖・でん粉・春雨・ごま油・ごま	米・さつまいも・もち粉・ごま油・砂糖・アーモンド	米・ごま・米油・じゃがいも・砂糖・水あめ・はちみつ	米粉パン・でん粉・米油・じゃがいも・ノンエッグタルタルソース	
	緑	しょうが・にんにく・玉ねぎ・しめじ・にら・キムチ・きゅうり・もやし・にんじん・えのきたけ・長ねぎ・みかん	かぼちゃ・玉ねぎ・にんじん・こんにゃく・ごぼう・キャベツ・しめじ・にら・長ねぎ・ほうれんそう・しょうが	広島菜・京菜・だいこん葉・たけのこ・キャベツ・ほうれんそう・にんじん・玉ねぎ・こんにゃく・レモン	なつみかん・キャベツ・きゅうり・セロリ・にんじん・玉ねぎ・とうもろこし・パセリ	キャベツ・もやし・きゅうり・しそ・ごぼう・れんこん・にんじん・しいたけ・たけのこ・こんにゃく・ふき
エネルギー	628 kcal 772 kcal	664 kcal 836 kcal	669 kcal 785 kcal	616 kcal 843 kcal	605 kcal 761 kcal	
献立	22 外小・東豊小・豊浦小なし	23	24	25 豊浦小6年なし	26	
	ポテト ビーンズサラダ スタミナ 焼肉 ごはん もすく かきたま汁	もやしと にらのナムル コーン焼売 (2個) ごはん 豆腐の 四川風煮	ミルクコーヒー 切り干し大根 の焼きそば風 赤魚の塩焼き ごはん 青菜のみそ汁	やみつき きゅうり 春巻き 中華めん 担々麺スープ	ブロッコリー サラダ にしんの土佐煮 ごはん 豚汁	
	赤	ぶた肉・寒天・ひよこまめ・とうふ・もすく・たまご・牛乳	魚肉・ぶた肉・とうふ・牛乳	赤魚・ぶた肉・かつお節・厚揚げ・牛乳	ぶた肉・大豆・豆乳・かつお節・牛乳	
	黄	米・米油・砂糖・じゃがいも・米油・でん粉	米・砂糖・ごま油・ごま・米油・でん粉	米・米油・じゃがいも・砂糖	ゆで中華めん・米油・小麦粉・春雨・でん粉・砂糖・ごま	
	緑	にんにく・玉ねぎ・にんじん・にら・とうもろこし・きゅうり・えだまめ・えのきたけ・長ねぎ	もやし・にら・にんじん・にんにく・しょうが・たけのこ・きくらげ・はくさい・チンゲン菜	切り干しだいこん・もやし・キャベツ・にんじん・ピーマン・玉ねぎ・えのきたけ・こまつな	玉ねぎ・きゅうり・キャベツ・にんにく・しょうが・長ねぎ・にんじん・もやし・しいたけ・チンゲン菜	ブロッコリー・にんじん・キャベツ・とうもろこし・だいこん・しめじ・ごぼう・こんにゃく・長ねぎ
エネルギー	652 kcal 802 kcal	593 kcal 752 kcal	592 kcal 713 kcal	740 kcal 874 kcal	647 kcal 789 kcal	
献立	29 二葉小なし	30	31	日付 学校の給食予定		
	冷凍パイン 海藻サラダ ポークカレー (ごはん)	ソース 春雨の炒め物 いかメンチカツ ごはん キャバツの みそ汁	昆布ふりかけ のり豆あえ あつやきたまご ごはん 肉豆腐	体調をととのえて 勝利を目指そう!		
	赤	海藻ミックス・ぶた肉・スキムミルク・牛乳	いか・スケソウダラ・ひじき・ぶた肉・厚揚げ・牛乳	たまご・青大豆・のり・ぶた肉・とうふ・牛乳	配膳図と献立名	
	黄	米・ごま油・砂糖・バター・じゃがいも・カレールウ	米・米油・ごま油・砂糖・春雨・昆布・のり・じゃがいも	米・米油・砂糖・でん粉・春雨・ごま油・ごま	体をつくる食品	
	緑	きゅうり・キャベツ・にんじん・とうもろこし・にんにく・しょうが・玉ねぎ・チャツネ・りんご・パイン	にんにく・しょうが・にんじん・たけのこ・しいたけ・にら・玉ねぎ・キャベツ	キャベツ・にんじん・こまつな・玉ねぎ・こんにゃく・えのきたけ・しいたけ・長ねぎ・抹茶	熱や力になる食品	
エネルギー	641 kcal 782 kcal	618 kcal 760 kcal	606 kcal 740 kcal	体の調子を整える食品		

<5月の地場産物>

* 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。

米・豆腐・厚揚げ・アスパラガス・長ねぎ・きゅうり・パセリ

小学校:エネルギー 中学校:エネルギー