

5月 献立予定表

2020.5 新発田市学校給食北共同調理場

	月	火	水	木	金	
献立	<p>***お知らせ***</p> <p>1. 5月の地場産物 米・きゅうり・長ねぎ・あやめみそ ・とうふ・あつあげ</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：650kcal 中学校の基準：830kcal</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> 	<p>日付 学校の給食予定</p> <p>配膳図と献立名 </p> <p>太字は郷土料理と 地場産物です。</p> <p>体をつくる食品</p> <p>熱や力になる食品</p> <p>体の調子を整える食品</p> <p>小学校のエネルギー 中学校のエネルギー</p>	<p>1</p> <p>臨時休校日</p> 	
	4	5	6	7	8	
	献立	<p>みどりの日</p> 	<p>こどもの日</p> 	<p>振替休日</p> 	<p>夏みかんサラダ </p> <p>キャベツメンチカツ</p> <p>黒糖パン</p> <p>ポークビーンズ</p> <p>スキムミルク・ぶた肉・とり肉・ ベーコン・白いんげん豆・牛乳</p> <p>小麦粉・砂糖・パン粉・油・じゃ がいも</p> <p>キャベツ・玉ねぎ・にんにく・しょうが・夏 みかん・きゅうり・にんじん・マッシュル ーム</p> <p>733 kcal 808 kcal</p>	<p>じゃがいものカレー </p> <p>きんぴら</p> <p>さばごまてりやき</p> <p>ごはん</p> <p>なめこ汁</p> <p>さば・ベーコン・とうふ・牛乳</p> <p>米・砂糖・ごま・油・じゃがいも</p> <p>こんにゃく・にんじん・ピーマン・大 根・なめこ・小松菜・長ねぎ</p> <p>648 kcal 785 kcal</p>
	赤	黄	緑	赤	黄	緑
エネルギー	734 kcal 919 kcal	615 kcal 748 kcal	620 kcal 772 kcal	708 kcal 863 kcal	622 kcal 768 kcal	
11	12	13	14	15		
献立	<p>豆乳パナコッタ </p> <p>ひじきと豆のサラダ</p> <p>ハヤシライス (麦ごはん)</p> <p>ソース </p> <p>ごまびたし</p> <p>かつおフライ</p> <p>ごはん</p> <p>わかたけ汁</p>	<p>切り干し大根の 中華サラダ </p> <p>ポークシューマイ (2個)</p> <p>ごはん</p> <p>とうふのしせん風煮</p>	<p>ブロッコリーサラダ </p> <p>青のりポテト ビーンズ</p> <p>大麦めん</p> <p>カレーなんばん汁</p>	<p>すきこんぶの いため煮 </p> <p>チキンたれかつ</p> <p>ごはん</p> <p>キャベツのみそ汁</p>		
赤	黄	緑	赤	黄	緑	
エネルギー	734 kcal 919 kcal	615 kcal 748 kcal	620 kcal 772 kcal	708 kcal 863 kcal	622 kcal 768 kcal	
18	19 ☆食育の日献立☆	20	21	22		
献立	<p>もやしとニラのナムル </p> <p>春巻き</p> <p>中華風ませごはん</p> <p>中華かきたま スープ</p> <p>アーモンドきんぴら </p> <p>さばのみそ煮</p> <p>ごはん</p> <p>ごにもん</p>	<p>ミルメークコーヒー </p> <p>カレーもやし</p> <p>肉だんご (2個)</p> <p>ごはん</p> <p>とん汁</p>	<p>フレンチサラダ </p> <p>スペイン風オムレツ</p> <p>米粉アップル パン</p> <p>コーンポタージュ</p>	<p>アセロラゼリー </p> <p>小松菜とポテトの サラダ</p> <p>とりのからあげ</p> <p>わかめごはん</p> <p>春雨スープ</p>		
赤	黄	緑	赤	黄	緑	
エネルギー	657 kcal 822 kcal	685 kcal 859 kcal	607 kcal 731 kcal	655 kcal 877 kcal	675 kcal 811 kcal	
25	26	27	28	29		
献立	<p>冷凍パイ 海そうサラダ </p> <p>ポークカレー (麦ごはん)</p> <p>アーモンド キャベツ </p> <p>ハンバーグ</p> <p>ケチャップソース</p> <p>ツナピラフ</p> <p>ほうれん草スープ</p>	<p>ひじきのいため煮 </p> <p>たらわかなやき</p> <p>ごはん</p> <p>ざわにわん</p>	<p>こんにゃくサラダ </p> <p>かぼちゃの ナッツがらめ</p> <p>ゆで中華めん</p> <p>マーボーめん スープ</p>	<p>のりのつくだ煮 </p> <p>ごまあえ</p> <p>たまごやき</p> <p>ごはん</p> <p>肉じゃが</p>		
赤	黄	緑	赤	黄	緑	
エネルギー	628 kcal 780 kcal	683 kcal 836 kcal	608 kcal 738 kcal	722 kcal 883 kcal	650 kcal 731 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。