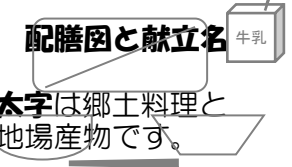


9月 献立予定表

2020.9 新発田市学校給食北共同調理場

	月	火	水	木	金
	日付 学校の給食予定	1 給食開始	2	3	4
献立	配膳図と献立名  太字 は郷土料理と地場産物です。	フルーツあんじん 中華きゅうり マーボーどんの具 (麦ごはん)	たくあんあえ メンチカツ ひじきごはん とうふのみそ汁	はちみつマーガリン えだまめフレンチ サラダ パンプキン オムレツ 食パン ミネストローネ	いそかあえ さばのみそ煮 ごはん さわにわん
赤	体をつくる食品	ぶた肉・大豆・とうふ・豆乳・牛乳	ひじき・油あげ・ぶた肉・とり肉・とうふ・牛乳	スキムミルク・たまご・とり肉・ベーコン・あさり・白いんげん豆・牛乳	さば・のり・ぶた肉・かまぼこ・牛乳
黄	熱や力になる食品	米・麦・砂糖・ごま油・でん粉・水あめ	米・砂糖・油・パン粉・小麦粉・じゃがいも	小麦粉・砂糖・でん粉・油・ひまわり油・オリーブ油・じゃがいも・はちみつ・マーガリン	米・砂糖・でん粉・じゃがいも・春雨
緑	体の調子を整える食品	きゅうり・キャベツ・しょうが・にんにく・にんじん・メンマ・干しいたけ・長ねぎ・もも・あんず	にんじん・こんにゃく・キャベツ・玉ねぎ・にんにく・しょうが・大根・えのきたけ・長ねぎ・こまつな	かぼちゃ・キャベツ・きゅうり・にんじん・枝豆・にんにく・セロリー・玉ねぎ・トマト・パセリ	しょうが・ほうれん草・もやし・にんじん・ごぼう・えのきたけ・たけのこ
エネルギー	小学校のエネルギー 中学校のエネルギー	637 kcal 808 kcal	635 kcal 801 kcal	645 kcal 861 kcal	624 kcal 790 kcal
	7	8	9	10 本中なし	11 本中なし・中小4年なし
献立	アップルシャーベット 海そうミックス サラダ ボークカレー (麦ごはん)	切り干し大根の やきそば風いため 白身魚の みそマヨやき ごはん わかめのみそ汁	カレーもやし ハンバーグの 玉ねぎソースかけ ごはん さつま汁	ミルメークコーヒー フルーツサラダ ソフトめん ツナトマトソース	中華ポテト サラダ ししゃもフライ (2個) わかめごはん ワンタンスープ
赤	海そうミックス・ぶた肉・スキムミルク・牛乳	ホキ・ぶた肉・ちくわ・とうふ・わかめ・糸かつお・牛乳	とり肉・ぶた肉・とうふ・牛乳	ベーコン・ツナ・牛乳	わかめ・ししゃも・ぶた肉・牛乳
黄	米・麦・砂糖・ごま油・バター・じゃがいも	米・油・砂糖・オリーブ油・じゃがいも・ノンエッグマヨネーズ	米・でん粉・砂糖・さつまいも	小麦粉・オリーブ油・砂糖	米・砂糖・じゃがいも・でん粉・玄米粉・米粉・オリーブ油・油・なたね油・パーム油・ごま油・ごま・小麦粉
緑	きゅうり・大豆もやし・にんじん・にんにく・玉ねぎ・りんご	切り干し大根・キャベツ・にんじん・青ピーマン・えのきたけ・長ねぎ	玉ねぎ・もやし・にんじん・ほうれん草・ごぼう・大根・こんにゃく・長ねぎ	甘夏みかん・パイン・きゅうり・キャベツ・にんじん・玉ねぎ・セロリー・トマト・マッシュルーム・パセリ	きゅうり・にんじん・干しいたけ・メンマ・もやし・長ねぎ
エネルギー	665 kcal 851 kcal	624 kcal 804 kcal	646 kcal 837 kcal	708 kcal 886 kcal	618 kcal 788 kcal
	14 一中なし	15 二小6年なし	16 二小6年なし	17	18 ★食育の日献立★
献立	春雨 サラダ コーンシュマイ (2個) ごはん とうふの中華煮	なしゼリー ビーンズサラダ アスパラみどりカレー (麦ごはん)	キャベツの そくせきづけ とりごぼうどんの具 ごはん 厚あげのみそ汁	ノンエッグタルタルソース アーモンド入り ニースサラダ 白身魚フライ 横わり丸パン コンソメスープ	ごまあえ さんまの オレンジ煮 ごはん こんにゃく
赤	魚肉すり身・とうふ・ぶた肉・牛乳	ミックスビーンズ・とり肉・牛乳	とり肉・青大豆・昆布・厚あげ・大豆・わかめ・牛乳	スキムミルク・すけそうたら・大豆粉・ベーコン・あさり・白いんげん豆・牛乳	さんま・とり肉・ほたて・かまぼこ・牛乳
黄	米・でん粉・パン粉・小麦粉・砂糖・春雨・水あめ・ごま油	米・麦・オリーブ油・油・じゃがいも・生クリーム・砂糖	米・油・砂糖・でん粉・じゃがいも	小麦粉・砂糖・パン粉・エゴマ油・でん粉・油・じゃがいも・アーモンド・オリーブ油・ノンエッグタルタルソース	米・砂糖・水あめ・ごま・さといも
緑	とうもろこし・玉ねぎ・にんじん・キャベツ・きゅうり・しょうが・にんにく・たけのこ・きくらげ・はくさい・長ねぎ・チンゲン菜	きゅうり・キャベツ・にんじん・にんにく・玉ねぎ・ほうれん草・アスパラガス・りんご・なし	しょうが・ごぼう・玉ねぎ・キャベツ・にんじん・きゅうり・えのきたけ・長ねぎ	にんじん・きゅうり・レモン・玉ねぎ・キャベツ・ぶなしめじ・トマト・パセリ	オレンジ・こまつな・もやし・にんじん・干しいたけ・ごぼう・れんこん・こんにゃく・たけのこ・さやいんげん
エネルギー	609 kcal 806 kcal	712 kcal 906 kcal	589 kcal 755 kcal	693 kcal 896 kcal	659 kcal 836 kcal
	21 敬老の日	22 秋分の日	23	24	25 ★本丸中リクエスト献立★中小なし
献立			花野菜サラダ とりにくのアップル ジンジャーソースかけ ツナピラフ かぼちゃの クリームスープ	青大豆の 塩昆布あえ 春巻き ゆで中華めん みそラーメン スープ	レモンシャーベット ポテトサラダ ナン キーマカレー
赤			ツナ・とり肉・ベーコン・白いんげん豆・豆乳・牛乳	ぶた肉・昆布・青大豆・牛乳	とり肉・牛乳
黄			米・大豆油・砂糖・オリーブ油・バター	小麦粉・油・春雨・でん粉・砂糖・米粉・粉あめ・ごま油	小麦粉・米粉・砂糖・なたね油・じゃがいも・油・バター・ノンエッグタルタルソース
緑			玉ねぎ・にんじん・グリーンピース・りんご・しょうが・にんにく・レモン・ブロッコリー・カリフラワーズ・キャベツ・コーン・かぼちゃ・パセリ	にんじん・玉ねぎ・キャベツ・しょうが・干しいたけ・切り干し大根・こまつな・にんにく・メンマ・もやし・はくさい・長ねぎ	コーン・きゅうり・にんじん・玉ねぎ・にんにく・セロリー・トマト・レモン・りんご
エネルギー			605 kcal 773 kcal	689 kcal 882 kcal	655 kcal 842 kcal
	28	29	30 中学校なし	***お知らせ*** 1. 9月の地場産物 米・あつあげ・とうふ・きゅうり・長ねぎ アスパラガス・じゃがいも・パセリ アスパラピューレ・ピーマン・あやめみそ 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 3. 中学校の牛乳は、6～9月の間は250mlを使用します。	
献立	こんにゃく サラダ チキンたれかつ ごはん 大根汁	ぶどうゼリー ひじきの いり煮 いかの ピリからやき ごはん 新発田ふの みそ汁	もやしの ナムル ぶたにくとぜんまいの いためもの 麦ごはん もずくたまご スープ		
赤	とり肉・厚あげ・牛乳	いか・ひじき・大豆・さつまあげ・とうふ・牛乳	ぶた肉・もずく・たまご・牛乳		
黄	米・パン粉・小麦粉・油・砂糖・ごま油・じゃがいも	米・砂糖・ごま油・油・じゃがいも・ふ・でん粉	米・麦・油・砂糖・ごま油・じゃがいも		
緑	キャベツ・きゅうり・にんじん・こんにゃく・大根・えのきたけ・長ねぎ	にんにく・しょうが・にんじん・ごぼう・干しいたけ・大根・えのきたけ・長ねぎ・ぶどう	にんにく・しょうが・ぜんまい・もやし・ほうれん草・にんじん・玉ねぎ・コーン・長ねぎ		
エネルギー	617 kcal 782 kcal	600 kcal 760 kcal	601 kcal — 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。

