

6月 献立予定表

2021.6 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	2	3 豊小6年なし	4 ☆かみかみメニュー☆ 豊小6年なし
献立	<p>配膳図と献立名 太字は郷土料理と地場産物です。</p>	<p>やみつき きゅうり 肉だんご 甘酢あん(2こ) 菜めし とうふの 四川風煮</p>	<p>たくあん サラダ とりごぼう 丼の具 ごはん 茎わかめの 中華スープ</p>	<p>ブロッコリーのソテー ハンバーグ ケチャップソース 背わり コーン コッペパン ポターージュ</p>	<p>紫いもチップス 小松菜のおひたし 白身魚のカリカリフライ 肉じゃが</p>
赤	体をつくる食品	ぶた肉・とうふ・牛乳	とり肉・とうふ・なると・茎わかめ・牛乳	とり肉・ぶた肉・ウインナー・白いんげん豆・牛乳	ホキ・ぶた肉・牛乳
黄	熱や力になる食品	米・ごま・米油・ごま油・砂糖・でん粉	米・砂糖・でん粉・米油・ごま油	パン・米油・バター・じゃがいも・砂糖	米・米油・じゃがいも・砂糖・紫いも
緑	体の調子を整える食品	広島菜・京菜・だいこん葉・玉ねぎ・きゅうり・キャベツ・にんにく・しょうが・たけのこ・にんじん・きくらげ・もやし・チンゲン菜	しょうが・にんじん・ごぼう・こんにゃく・玉ねぎ・たけのこ・たくあん・もやし・きゅうり・えのきたけ・長ねぎ	にんにく・しょうが・にんじん・キャベツ・ブロッコリー・玉ねぎ・とうもろこし・パセリ	こまつな・もやし・にんじん・玉ねぎ・しらたき・しいたけ
エネルギー	小学校:エネルギー 中学校:エネルギー	605 kcal 723 kcal	571 kcal 699 kcal	713 kcal 876 kcal	676 kcal 849 kcal
	7	8	9 東豊小5年・中学校なし	10 東豊小5年なし	11 東豊小1年なし
献立	<p>ミルメークコーヒー アーモンド きんぴら とうりの びりから焼き あさりの みそ汁</p>	<p>こんぶ大豆 夏みかんサラダ アスパラホワイトカレー (麦ごはん)</p>	<p>にんじん しりしり 豆腐ハンバーグ 玉ねぎソース 春雨スープ</p>	<p>こんにゃく サラダ ポテトビーンズ ナッツ ゆで中華めん マーボーめん スープ</p>	<p>五目豆 いわしの おろし煮 うめごはん キャベツの みそ汁</p>
赤	ぶた肉・とり肉・あさり・とうふ・牛乳	とり肉・ホタテ・生クリーム・粉チーズ・昆布・大豆・牛乳	とうふ・とり肉・ツナ缶・卵・ぶた肉・牛乳	青大豆・ぶた肉・とうふ・牛乳	いわし・大豆・ひじき・厚揚げ・牛乳
黄	米・ごま油・砂糖・アーモンド・ミルメーク	米・麦・米油・じゃがいも・バター	米・砂糖・でん粉・ごま油・春雨	ゆで中華めん・じゃがいも・でん粉・米油・砂糖・アーモンド・ごま油	米・米油・砂糖・じゃがいも・でん粉
緑	りんご・にんじん・ごぼう・こんにゃく・えのきたけ・こまつな・長ねぎ	なつみかん・キャベツ・きゅうり・にんにく・玉ねぎ・マッシュルーム・にんじん・アスパラガス	玉ねぎ・にんじん・こんにゃく・えのきたけ・しいたけ・メンマ・長ねぎ・チンゲン菜	キャベツ・きゅうり・こんにゃく・にんじん・にんにく・しょうが・にら・メンマ・しいたけ・長ねぎ	梅・しそ・だいこん・にんじん・たけのこ・こんにゃく・キャベツ・えのきたけ・玉ねぎ
エネルギー	626 kcal 757 kcal	721 kcal 890 kcal	590 kcal 718 kcal	736 kcal 896 kcal	631 kcal 774 kcal
	14	15 二小6年・豊小5年なし	16 二小6年・豊小5年なし	17 東豊小4年なし	18 ☆食育の日メニュー☆
献立	<p>切り干し大根の中華サラダ キムたく丼の具 ごはん 中華スープ</p>	<p>茎わかめの きんぴら カマスの しょうゆ焼き 大根のみそ汁</p>	<p>カラフル ビーンズサラダ みかん ジュース チキンドリアソース (ターメリックライス)</p>	<p>ノンエッグタルタルソース コーンとほうれん草のサラダ タラフライ (新潟県産) 横わり丸パン イタリアンみそスープ</p>	<p>あじつけのり ごまあえ きんぴらつくね ごはん こにもん</p>
赤	ぶた肉・チャーシュー・牛乳	ミナミカゴカマス・茎わかめ・ぶた肉・大豆・油揚げ・牛乳	ひよこまめ・赤いんげん豆・ベーコン・とり肉・白いんげん豆・チーズ・牛乳	たら・ベーコン・牛乳	とり肉・とうふ・ほたて・かまぼこ・のり・牛乳
黄	米・米油・砂糖・ごま油・でん粉	米・米油・砂糖・じゃがいも	米・米油・バター	パン・米油・砂糖・オリーブ油	米・ごま・砂糖・じゃがいも
緑	しょうが・にんにく・キムチ・玉ねぎ・たくあん・切干しだいこん・にんじん・キャベツ・きゅうり・しいたけ・しめじ・たけのこ・長ねぎ	にんじん・ごぼう・こんにゃく・だいこん・しめじ・長ねぎ	キャベツ・きゅうり・とうもろこし・枝豆・玉ねぎ・にんじん・マッシュルーム・パセリ・みかん	にんにく・とうもろこし・ほうれんそう・キャベツ・玉ねぎ・にんじん・かぶ・しめじ・トマト・パセリ	玉ねぎ・ほうれんそう・もやし・にんじん・こんにゃく・しいたけ・ごぼう・たけのこ
エネルギー	628 kcal 772 kcal	598 kcal 735 kcal	587 kcal 741 kcal	612 kcal 743 kcal	631 kcal 779 kcal
	21	22 外小6年なし	23 外小6年・東豊小6年なし	24 東豊小6年なし	25 東豊小2年・中学校なし
献立	<p>冷凍パン 福神あえ ポークカレー (麦ごはん)</p>	<p>スティック納豆 のり酢あえ しのだに ごはん 新玉ねぎの みそ汁</p>	<p>ふうみあえ 小いわしの カリカリフライ(2こ) わかめごはん ワンタンスープ</p>	<p>レモンゼリー アスパラ サラダ 米粉めん ミートソース</p>	<p>昆布あえ ツナたま丼の具 ごはん とん汁</p>
赤	ぶた肉・スキムミルク・牛乳	ぶた肉・油揚げ・たら・のり・厚揚げ・納豆・牛乳	わかめ・マイワシ・ぶた肉・牛乳	ぶた肉・大豆・チーズ・牛乳	ツナ缶・昆布・卵・ぶた肉・とうふ・牛乳
黄	米・麦・バター・じゃがいも	米・ごま・じゃがいも・砂糖	米・米油・ワンタンの皮	米粉めん・砂糖・米油・バター	米・米油・砂糖・じゃがいも
緑	キャベツ・きゅうり・だいこん・なす・れんこん・にんにく・しょうが・玉ねぎ・にんじん・りんご・こ・パイ	れんこん・ほうれんそう・にんじん・キャベツ・しめじ・玉ねぎ	キャベツ・きゅうり・にんじん・しょうが・メンマ・しいたけ・もやし・チンゲン菜・長ねぎ	アスパラガス・キャベツ・とうもろこし・しょうが・にんにく・玉ねぎ・にんじん・セロリ・マッシュルーム・トマト・レモン	しょうが・にんじん・玉ねぎ・えだまめ・キャベツ・きゅうり・ごぼう・だいこん・こんにゃく・しめじ・長ねぎ
エネルギー	666 kcal 813 kcal	605 kcal 713 kcal	606 kcal 714 kcal	779 kcal 930 kcal	631 kcal 779 kcal
	28	29	30	<p>*おしらせ*</p> <p>1. 6月の地場産物 米・とうふ・あつあげ・あやめみそ パセリ・きゅうり・アスパラガス・玉ねぎ</p> <p>2. 小・中学校の摂取基準値 小学校中学年の基準：650kcal 中学校の基準：830kcal</p> <p>今月のお米は、新発田市で作られたトップブランド米の「新之助」です!!コシヒカリと比べて、大粒でコくと甘みがあるのが特徴です。味わって食べてみましょう♪</p>	
献立	<p>ごまひたし さばのみそ煮 ごはん さわにわん</p>	<p>寒天サラダ チキンたれカツ ごはん あおなの みそ汁</p>	<p>もやしのナムル 春巻き いろいろごはん キムチチゲ</p>		
赤	さば・ぶた肉・牛乳	とり肉・寒天・油揚げ・牛乳	ぶた肉・とうふ・牛乳		
黄	米・ごま・春雨・でん粉・砂糖・じゃがいも	米・米油・砂糖・ごま油・じゃがいも	米・春雨・砂糖・ごま油		
緑	こまつな・もやし・にんじん・ごぼう・えのきたけ・たけのこ	キャベツ・きゅうり・玉ねぎ・えのきたけ・こまつな	広島菜・京菜・だいこん葉・梅・しそ・とうもろこし・かぼちゃ・もやし・ほうれんそう・にんじん・えのきたけ・だいこん・キムチ・にら・長ねぎ		
エネルギー	626 kcal 783 kcal	618 kcal 755 kcal	660 kcal 831 kcal		

* 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。

* アレルギーをお持ちのお子さんは献立内容表で御確認ください。