

1月給食献立予定表

新発田市学校給食西共同調理場

令和7年度

月	火	水	木	金
☆郷土料理、地場産物は 太字 になっています。 ☆毎月19日は食育の日です。	日付 (献 立)	給食のない学校・学年 その他の連絡	8 猿橋小、住吉小、猿橋中、 佐々木中、幼稚園給食開始	9 御免町小、佐々木小給 食開始
地場産物 コシヒカリ、紫米、長ねぎ、だいこん、 はくさい、オータムポエム、こまつな、 さといも、さつまいも、青大豆、豆腐、 酒かす、あやめみそ、豚肉 天候や生育状況により八百屋さんから の納品になる場合があります。			ごはん セルフツナそぼろ丼の具 ローストポテト なめこのみぞれ汁 牛乳	チキンカレー (ごはん) じゃこコーンサラダ 豆乳いちごパンナコッタ 牛乳
※献立は都合により変更になることがあります。		黄色の食品 (熱や力になる食品)	* 砂糖 油 ジャガイモ	* 油 ジャガイモ 米粉 かた くり粉 砂糖
		赤色の食品 (体をつくる食品)	ツナ 青大豆 大豆 油揚げ 豆腐 みそ 牛乳	鶏肉 豚肉 ちりめんじゃこ 豆 乳 牛乳
		緑色の食品 (体の調子を整える食品)	玉ねぎ にんじん しょうが と うもろこし にんにく パセリ だいこん なめこ だいこんの葉	玉ねぎ にんじん しょうが に んにく はくさい きゅうり と うもろこし いちご果汁
		エネルギー	小: 622 kcal 中: 764 kcal	小: 632 kcal 中: 767 kcal
12	13 【鏡開き献立】	14	15 住吉小4・5年生なし	16 【御免町小リクエスト 献立】
成人の日	紫米ごはん さけの焼き漬け 紅白和え 白玉雑煮 牛乳	ごまチーズパン オムレツデミグラスソース オータムポエムのツナサラダ 白菜の米粉豆乳シチュー 牛乳	セルフ手巻きずし 「ごはん、手巻きのり しぐれ煮 マヨたく和え あさりのみぞ汁 牛乳	ごはん 鶏肉の唐揚げ きりざい 豚汁 アップルシャーベット 牛乳
	* 紫米 砂糖 ノンエッグマヨ ネーズ 白玉もち	小麦粉パン ごま 砂糖 油 小 麦粉 ジャガイモ 米粉	* 油 砂糖 ごま ノンエッグ マヨネーズ ジャガイモ	* かたくり粉 油 ジャガイモ
	さけ 青大豆 かまぼこ 鶏肉 油揚げ 牛乳	チーズ 卵 ツナ ベーコン 豆 乳 白いんげん豆 牛乳	豚肉 ひじき ちりめんじゃこ あさり 油揚げ 豆腐 みそ 大 豆 わかめ のり 牛乳	鶏肉 納豆 豚肉 豆腐 みそ 牛乳
	だいこん にんじん 椿草 ごぼ う こんにゃく はくさい 長ね ぎ	玉ねぎ トマト オータムポエム キャベツ にんじん とうもろこ し しめじ はくさい パセリ	ごぼう しょうが たくあん キャベツ きゅうり にんじん えのきだけ	たくあん のざわな にんじん こまつな ごぼう だいこん こ んにゃく 長ねぎ りんご
	小: 638 kcal 中: 783 kcal	小: 624 kcal 中: 792 kcal	小: 637 kcal 中: 785 kcal	小: 632 kcal 中: 762 kcal
19 【食育の日献立】 佐々木中1・2年生なし	20 【大寒献立】	21 住吉小3・6年生、猿橋中3 年生、佐々木中3年生なし	22	23 【給食記念日献立】 猿橋小4年生なし
ごはん ぶりたれかつ オータムポエムの昆布おかか和え 小糸物 牛乳	ごはん セルフスタミナそぼろ丼の具 れんこんのごまネーズ和え 酒かす汁 牛乳	ソフトめん ペスカトーレソース ブロッコリーのサラダ 焼き芋 牛乳	ごはん たらのねぎ塩ソースかけ 五目春雨炒め あさりの中華スープ 牛乳	ごはん くじらかつオーロラソース 塩もみキャベツ カレー汁 牛乳
* 小麦粉 油 砂糖 さといも	* 油 砂糖 ノンエッグマヨ ネーズ ごま	めん 油 米粉 砂糖 さつまい も	* かたくり粉 油 砂糖 春雨 じゃがいも	* 小麦粉 かたくり粉 油 砂 糖 ジャガイモ 米粉マカロニ
ぶり 塩こんぶ かつおぶし 鶏 肉 かまぼこ ほたて 牛乳	豚肉 大豆 さけ たら 油揚げ みそ 牛乳	ベーコン あさり いか えび みそ 牛乳	たら 豚肉 あさり 豆腐 わか め 牛乳	くじら みそ 豚肉 牛乳
オータムポエム キャベツ にん じん 椿草 ごぼう たけのこ つきこんにゃく	玉ねぎ にんじん にら しょうが にん にく れんこん パプリカ キャベツ 枝 豆 だいこん はくさい ほうれん草	玉ねぎ にんじん しめじ しょうが に んにく バジル トマト パセリ ブロッ コリー キャベツ とうもろこし	長ねぎ レモン果汁 しょうが にん にく もやし たけのこ パプリカ にら えのきだけ にんじん	キャベツ にんじん 玉ねぎ グ リンピース とうもろこし
小: 670 kcal 中: 820 kcal	小: 639 kcal 中: 786 kcal	小: 678 kcal 中: 811 kcal	小: 599 kcal 中: 734 kcal	小: 611 kcal 中: 794 kcal
26	27	28	29 【佐々木小6年生が考 えた献立】幼稚園なし	30
わかめごはん 厚焼き玉子 オータムポエムの磯マヨ和え スキー汁 牛乳	中華あんかけ丼 (ごはん) きびなごフライ 花野菜の中華和え ヨーグルト 牛乳	キャロットパン クリームソースインハンバーグ カラフルサラダ ブラウンシチュー 乳酸菌飲料(ブルーベリー)	ごはん チキンたれかつ のり酢和え 冬野菜豚汁 牛乳	ごはん さばの照り焼き ひじきの炒め煮 みそかきたま汁 牛乳
* 砂糖 ノンエッグマヨネーズ さつまいも	* 砂糖 かたくり粉 米粉 油	小麦粉パン 油 砂糖 ジャガイ も 小麦粉 バター	* 小麦粉 かたくり粉 油 砂 糖 さつまいも	* 油 砂糖 ジャガイモ
わかめ 卵 のり かつおぶし 豚肉 油揚げ みそ 牛乳	きびなご 豚肉 なると ヨーグ ルト 牛乳	鶏肉 豚肉 白いんげん豆 生ク リーム 乳酸菌飲料	鶏肉 のり 豚肉 あやめみそ 牛乳	さば さつま揚げ ひじき 大豆 豆腐 大豆 みそ 卵 わかめ 牛乳
オータムポエム キャベツ にん じん ごぼう だいこん こん にゃく 椿草 長ねぎ	ブロッコリー カリフラワー とうもろこ し にんにく しょうが 玉ねぎ にんじ ん はくさい 椿草 きくらげ たけのこ チングルーム	にんじん 玉ねぎ ブロッコリー キャベ ツ とうもろこし しょうが にんにく マッシュルーム グリンピース ブルーベ リー 果汁 アローニヤ果汁	こまつな もやし にんじん ご ぼう だいこん 玉ねぎ 長ねぎ	ごぼう にんじん 椿草 こん にゃく さやいんげん しめじ 玉ねぎ
小: 606 kcal 中: 741 kcal	小: 638 kcal 中: 781 kcal	小: 653 kcal 中: 826 kcal	小: 618 kcal 中: 761 kcal	小: 637 kcal 中: 777 kcal