

# 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
	1	2	3	4	5
献立	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 ししやも (小1個) 米粉フライ (中2個) たけのこ ごはん すまし汁	憲法記念の日	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・カラフトシヤモ・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			
	8	9	10	11	12
献立	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	かつお・のり・厚揚げ・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	米・パン粉・小麦粉・米油・砂糖・ごま油・ごま・じゃがいも
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
	15	16	17	18	19
献立	ミニゼリー 春雨サラダ 豚キムチ丼の具 ごはん まわかめとあさりの 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 キャベツの 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・まわかめ・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	ほたて・かまぼこ・とり肉・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	米・でん粉・じゃがいも・砂糖
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
	22	23	24	25	26
献立	ポテト ビーンズサラダ スタミナ 焼肉 ごはん もずく 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・もずく・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	にしん・かつお節・ぶた肉・とうふ・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	米・砂糖・ノンエッグマヨネーズ・じゃがいも
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
	29	30	31	日付 学校の給食予定	
献立	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 キャベツの みそ汁	昆布ふりかけ のり豆あえ あつやきたまご ごはん 肉どうぶ	配膳図と献立名	
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	体をつくる食品	
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	熱や力になる食品	
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	体の調子を整える食品	
エネルギー	641 kcal   782 kcal	618 kcal   760 kcal	606 kcal   740 kcal	小学校:エネルギー   中学校:エネルギー	

< 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