

# 6月 献立予定表

2023.6 新発田市学校給食北共同調理場

	月	火	水	木	金
<b>献立</b> 6月は食育月間です 6月は食育基本法に基づいて実施される食育月間となっています。 子どもから高齢者まで生涯を通じて健康に過ごすための食生活のあり方や、持続可能な食の環境、地域の食文化などに関心を持つ期間となっています。			<b>日付 学校の給食予定</b> <b>配膳図と献立名</b>  <b>体をつくる食品</b> <b>熱や力になる食品</b> <b>体の調子を整える食品</b> 小学校:エネルギー 中学校:エネルギー	<b>1 豊浦小6年なし</b> グリーンサラダ ウィンナーケチャップソース 背割りコッパパン コーンスープ	<b>2 豊浦小6年なし</b> ごまじょうゆあえ チンジャオロースー ごはん もずくスープ ぶた肉・とうふ・かまぼこ・もずく・牛乳 米・米油・砂糖・ごま油・ごま・じゃがいも ブロッコリー・キャベツ・きゅうり・玉ねぎ・とうもろこし・パセリ しょうが・にんにく・玉ねぎ・たけのこ・ピーマン・赤ピーマン・きゅうり・もやし・キャベツ・にんじん・とうもろこし・長ねぎ
	<b>5</b> アップルシャーベットの細切り ポテトサラダ 中華あんかけ(ごはん)	<b>6 東豊小5年なし</b> いそかあえ さばのみそ煮 ごはん さわにわん	<b>7 東豊小5年なし</b> のりふりかけ キャベツのおひたし 厚揚げのカレー炒め ごはん わかめのみそ汁	<b>8</b> 切り干し大根の中華サラダ 中華めん 豆乳野菜スープ 春巻き	<b>9 中学校なし</b> ひじきの梅あえ いわし入りハンバーグ ごはん 豚ごぼろ汁
	ぶた肉・うずら卵・なると・牛乳 米・米油・でん粉・ごま油・じゃがいも・砂糖 しょうが・にんにく・にんじん・玉ねぎ・たけのこ・きくらげ・しめじ・もやし・チンゲン菜・きゅうり・とうもろこし・りんご缶	さば・のり・かまぼこ・ぶた肉・牛乳 米・春雨・砂糖・でん粉 こまつな・もやし・キャベツ・にんじん・ごぼう・えのきたけ・たけのこ・ほうれんそう	ぶた肉・厚揚げ・とうふ・大豆・わかめ・牛乳・のり 米・米油・砂糖・じゃがいも にんにく・にんじん・玉ねぎ・キャベツ・とうもろこし・えのきたけ	ぶた肉・豆乳・大豆・牛乳 中華めん・小麦粉・春雨・でん粉・米油・砂糖・ごま油 玉ねぎ・しいたけ・切干しだいこん・もやし・きゅうり・にんじん・にんにく・しょうが・メンマ・きくらげ・キャベツ・長ねぎ・こまつな	魚すり身・いわし・ひじき・ぶた肉・油揚げ・とうふ・牛乳 米・砂糖・でん粉・じゃがいも・オリーブ油・ごま油 玉ねぎ・しょうが・にんにく・きゅうり・にんじん・梅・ごぼう・だいこん・こんにゃく・長ねぎ
	608 kcal   752 kcal	621 kcal   780 kcal	607 kcal   748 kcal	676 kcal   837 kcal	578 kcal   713 kcal
	<b>12</b> 冷凍パイン わかめサラダ ポークカレー(ごはん)	<b>13 東豊小4年なし</b> しょうがふうみあえ いわしのかばやき ごはん ごまみそけんちん汁	<b>14</b> 春雨サラダ 春巻き 鶏肉のたまごコーンスープ たりやきチキン	<b>15</b> 小袋ソース フレンチサラダ フレンチメンチカツ 横割り丸パン ミネストローネ	<b>16</b> くきわかめのきんぴら ちくわ いそべあげ わかめごはん じゃがいものみそ汁
ぶた肉・スキムミルク・わかめ・牛乳 米・バター・じゃがいも・カレールー・砂糖・ごま油 にんにく・しょうが・玉ねぎ・にんじん・チャツネ・りんご・きゅうり・キャベツ・とうもろこし・パイン缶	いわし・とうふ・牛乳 米・でん粉・米油・砂糖・ごま油・じゃがいも・ごま きゅうり・キャベツ・にんじん・しょうが・ごぼう・だいこん・こんにゃく・長ねぎ	春雨サラダ 春巻き 鶏肉のたまごコーンスープ とり肉・とうふ・たまご・牛乳 米・春雨・ごま油・砂糖・じゃがいも・でん粉 もやし・きゅうり・にんじん・たけのこ・とうもろこし・長ねぎ・チンゲン菜	小袋ソース フレンチメンチカツ 横割り丸パン ミネストローネ ぶた肉・ベーコン・あさり・大豆・牛乳 パン・パン粉・小麦粉・米油・オリーブ油・じゃがいも・砂糖 キャベツ・きゅうり・にんじん・とうもろこし・にんにく・セロリ・玉ねぎ・トマト	くきわかめのきんぴら ちくわ いそべあげ わかめごはん じゃがいものみそ汁 わかめ・ちくわ・あおさ・くきわかめ・ぶた肉・厚揚げ・牛乳 米・米油・砂糖・でん粉・小麦粉・じゃがいも	
628 kcal   772 kcal	617 kcal   759 kcal	613 kcal   731 kcal	611 kcal   782 kcal	559 kcal   - kcal	
<b>19 食育の日献立</b> のり酢あえ チキンたれカツ ごはん 小煮物	<b>20 二葉小6年なし、二葉小4年試食会</b> マヨたくあえ ししゃもフライ(2個) キムチ豚汁 ごはん	<b>21 外ヶ輪小6年、二葉小6年、東豊小6年なし</b> 豚肉のみそ炒め 豆腐よせ ごはん 玉ねぎのみそ汁	<b>22 外ヶ輪小6年、東豊小6年なし</b> 日向夏ゼリー ブロッコリーサラダ 米粉めん 大豆入りミートソース	<b>23 豊浦小6年、中学校なし</b> アーモンドキャベツ とり肉と大豆のカレーがらめ ごはん 厚揚げのみそ汁	
とり肉・のり・ほたてがい・かまぼこ・牛乳 米・米油・パン粉・砂糖・じゃがいも もやし・にんじん・きゅうり・ごぼう・れんこん・しいたけ・こんにゃく・たけのこ・さやえんどう	ししゃも・ぶた肉・とうふ・牛乳 米・パン粉・小麦粉・米油・ノンエッグマヨネーズ・じゃがいも たくあん・きゅうり・キャベツ・にんじん・ごぼう・こんにゃく・キムチ・長ねぎ	豚肉のみそ炒め 豆腐よせ ごはん 玉ねぎのみそ汁 とうふ・ぶた肉・厚揚げ・わかめ・牛乳 米・さつまいも・もち粉・米油・砂糖・じゃがいも かぼちゃ・にんにく・にんじん・たけのこ・キャベツ・にら・玉ねぎ	日向夏ゼリー ブロッコリーサラダ 米粉めん 大豆入りミートソース ぶた肉・大豆・チーズ・牛乳 米粉めん・オリーブ油・ハヤシルウ・じゃがいも・米油・砂糖 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・ブロッコリー・とうもろこし・きゅうり・日向夏	アーモンドキャベツ とり肉と大豆のカレーがらめ ごはん 厚揚げのみそ汁 とり肉・青大豆・厚揚げ・大豆・牛乳 米・でん粉・米油・砂糖・アーモンド・じゃがいも	
602 kcal   745 kcal	650 kcal   783 kcal	602 kcal   743 kcal	695 kcal   849 kcal	628 kcal   - kcal	
<b>26</b> 梅ゼリー ひじきナッツサラダ マーボー丼の具(ごはん)	<b>27</b> ソース じゃがいものカレーきんぴら かつおカツ とうふのみそ汁 ごはん	<b>28</b> 切り干し大根のピリ辛炒め いかのハーブやき ごはん ワンタンスープ	<b>29</b> 夏みかんサラダ ハンバーグ 青菜ごはん カレーコンソメスープ	<b>30</b> やみつききゅうり 焼肉 ごはん トマトと卵のスープ	
ぶた肉・大豆・とうふ・ひじき・牛乳 米・ごま油・砂糖・でん粉・アーモンド しょうが・にんにく・にんじん・たけのこ・しいたけ・にら・長ねぎ・キャベツ・きゅうり・うめ	かつお・ベーコン・とうふ・わかめ・牛乳 米・パン粉・小麦粉・米油・じゃがいも・砂糖 しょうが・こんにゃく・にんじん・ピーマン・えのきたけ・玉ねぎ・長ねぎ	切り干し大根のピリ辛炒め いかのハーブやき ごはん ワンタンスープ いか・ぶた肉・牛乳 米・パン粉・米油・砂糖・ごま油・ワンタン皮 にんにく・パセリ・しょうが・にんじん・たけのこ・きくらげ・切干しだいこん・えだまめ・しいたけ・もやし・メンマ・長ねぎ	夏みかんサラダ ハンバーグ 青菜ごはん カレーコンソメスープ かつお節・とり肉・ぶた肉・ウィンナー・あさり・牛乳 米・砂糖・でん粉・米油・じゃがいも 米・米油・砂糖・ラー油・じゃがいも・でん粉	やみつききゅうり 焼肉 ごはん トマトと卵のスープ ぶた肉・ベーコン・たまご・牛乳 米・米油・砂糖・ラー油・じゃがいも・でん粉 しょうが・玉ねぎ・にんじん・ピーマン・きゅうり・キャベツ・トマト・パセリ	
620 kcal   760 kcal	589 kcal   736 kcal	601 kcal   723 kcal	640 kcal   802 kcal	594 kcal   734 kcal	

< 6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・玉ねぎ・きゅうり・パセリ・トマト