

# 9月 献立予定表

2023.9 新発田市学校給食北共同調理場

	月	火	水	木	金
献立				日付 学校の給食予定	I 小学校なし
				配膳図と献立名	ポテトサラダ キムタクごはんの具
					ごはん わかめのみそ汁
				体をつくる食品	ぶた肉・とうふ・わかめ・牛乳
				熱や力になる食品	米・ごま油・ごま・でん粉・じゃがいも・砂糖・ノンエッグマヨネーズ
赤				体の調子を整える食品	しょうが・キムチ・だいこん・玉ねぎ・にんじん・きゅうり・キャベツ・とうもろこし・えのきたけ・もやし・長ねぎ
黄				小学校:エネルギー	中学校:エネルギー
緑				- kcal	816 kcal
エネルギー					
献立	4	5	6	7	8
	みかんシャーベット わかめサラダ 夏野菜カレー (麦ごはん)	のりすあえ フリフライのごまみそだれ ごはん さわにわん	ソース カレーもやし メンチカツ 菜めし たまごととトマトのスープ	ラタトゥイユ ほうれんそう オムレツ パインチップ アスパラガスのパンポターシュ	ヨーグルト じゃがいもの きんぴら くるまふカツ ごはん 厚揚げのみそしる
	ぶた肉・スキムミルク・わかめ・牛乳	ぶりのり・ぶた肉・かまぼこ・牛乳	かつおぶし・ぶた肉・とり肉・ベーコン・たまご・牛乳	たまご・ベーコン・白いんげん豆・牛乳	ぶた肉・厚揚げ・大豆・わかめ・牛乳・ヨーグルト
	米・大麦・オリーブ油・砂糖・ごま油・じゃがいも・カレールー	米・パン粉・小麦粉・米油・砂糖・ごま油・ごま・春雨	米・パン粉・小麦粉・米油・砂糖・じゃがいも・でん粉	パン・オリーブ油・砂糖・バター・じゃがいも・ホワイトルウ・ベジマメルソース	米・車ふ・パン粉・米油・じゃがいも・砂糖
	にんにく・しょうが・玉ねぎ・にんじん・トマト・なす・チャツネ・かぼちゃ・えだまめ・きゅうり・キャベツ・とうもろこし・みかん	にんにく・キャベツ・もやし・にんじん・ごぼう・えのきたけ・たけのこ・ほうれんそう	広島菜・京菜・だいこん葉・もやし・キャベツ・にんにく・しょうが・にんじん・きゅうり・玉ねぎ・トマト・パセリ	パイン・ほうれんそう・にんにく・玉ねぎ・トマト・なす・ズッキーニ・かぼちゃ・えだまめ・マッシュルーム・アスパラガス	ごぼう・にんじん・こんにゃく・さやいんげん・えのきたけ・玉ねぎ
エネルギー 661 kcal   821 kcal	666 kcal   828 kcal	622 kcal   741 kcal	600 kcal   653 kcal	635 kcal   770 kcal	
献立	11 中学校なし	12	13	14 外小5年なし	15
	パインサラダ にくだんご (2こ) えびと豆腐のチリソース (ごはん)	ごまあえ ししゃもフライ (2こ) わかめごはん とんじる	こんぶあえ さんまのかばやき ごはん じゃがいものカレーに	冷凍パイン こまつなとポテトのサラダ ツナトマト ソフトめん ソース	ひじきナッツサラダ バーベキューソースハンバーグ ごはん みそストローネ
	ぶた肉・えび・とうふ・牛乳	わかめ・ししゃも・ぶた肉・とうふ・牛乳	さんま・昆布・とり肉・厚揚げ・牛乳	ツナ・あさり・チーズ・牛乳	とり肉・ぶた肉・ひじき・ベーコン・牛乳
	米・米パン粉・米粉・砂糖・米油・でん粉・ごま油	米・小麦粉・米油・ごま・砂糖・じゃがいも	米・でん粉・米油・砂糖・じゃがいも・ノンアレルギーカレールー	ソフトめん・米油・じゃがいも・砂糖・ハヤシルウ・クッキングソース	米・砂糖・でん粉・アーモンド・ごま油・じゃがいも
	パイン・キャベツ・きゅうり・しょうが・にんにく・玉ねぎ・にんじん・たけのこ・しいたけ・長ねぎ	こまつな・もやし・にんじん・ごぼう・こんにゃく・だいこん・長ねぎ	キャベツ・きゅうり・にんじん・玉ねぎ・しいたけ・こんにゃく・にんにく・長ねぎ	しょうが・にんにく・セロリ・玉ねぎ・にんじん・マッシュルーム・トマト・パセリ・とうもろこし・こまつな・きゅうり・パイン	しょうが・にんにく・りんご・キャベツ・きゅうり・アスパラガス・にんじん・玉ねぎ・しめじ・なす・トマト
エネルギー 628 kcal   - kcal	620 kcal   742 kcal	650 kcal   806 kcal	681 kcal   757 kcal	617 kcal   764 kcal	
献立	18	19 食育の日献立 豊小4年なし	20	21	22
		ぶどうゼリー アーモンドあえ さばのみそ煮 ごはん 小煮物	こんにゃくサラダ えびシューマイ (2こ) ごはん マーボーとうふ	フルーツゼリー チリコンカン せわり コッパパン コンソメスープ	春雨のいたためもの ちくわのいそべフライ ごはん キムチとたまごのスープ
		さば・かまぼこ・とり肉・牛乳	えび・たら・ぶた肉・大豆・とうふ・牛乳	ぶた肉・大豆・青大豆・ベーコン・あさり・牛乳	ちくわ・あおさ・ぶた肉・とうふ・たまご・牛乳
		米・砂糖・でん粉・アーモンド・じゃがいも	米・パン粉・小麦粉・砂糖・ごま油・でん粉	コッパパン・米油・じゃがいも・クッキングソース	米・小麦粉・米油・ごま油・砂糖・春雨・じゃがいも・でん粉
		ほうれんそう・にんじん・もやし・ごぼう・しいたけ・こんにゃく・たけのこ・ぶどう	玉ねぎ・キャベツ・きゅうり・にんじん・こんにゃく・しょうが・にんにく・たけのこ・しいたけ・長ねぎ	にんにく・しょうが・玉ねぎ・マッシュルーム・トマト・パイン・みかん・りんご・セロリ・にんじん・パセリ	にんにく・しょうが・にんじん・たけのこ・きくらげ・えだまめ・しめじ・キムチ・長ねぎ
エネルギー - kcal   - kcal	663 kcal   781 kcal	609 kcal   735 kcal	604 kcal   749 kcal	579 kcal   700 kcal	
献立	25 本中リクエスト献立	26	27 中学校なし	28 小学校6年なし	29 十五夜献立・小学校6年なし
	いちごクレープ かいそうサラダ チキンたれカツ ごはん ワンタンスープ	くきわかめの きんぴら さばのカレーてりやき ごはん かぼちゃのみそ汁	いそかあえ くるまふのあげがらめ ごはん もずく汁	ピリからあえ 春巻き 中華めん 中華うまみスープ	マヨたくあえ 厚焼きたまご きのこごはん お月見汁
	とり肉・海藻ミックス・ぶた肉・豆乳・牛乳	さば・くきわかめ・ぶた肉・油揚げ・牛乳	とり肉・青大豆・のり・かまぼこ・とうふ・もずく・牛乳	ぶた肉・えび・うすら卵・牛乳	油揚げ・たまご・とり肉・牛乳
	米・米粉・パン粉・米油・砂糖・ごま油・ワンタンの皮	米・米油・砂糖	米・麩・米油・でん粉・砂糖・じゃがいも	ゆで中華めん・小麦粉・春雨・米粉・砂糖・ごま油・米油・でん粉・ラー油	米・砂糖・でん粉・ノンエッグマヨネーズ・じゃがいも
	きゅうり・キャベツ・とうもろこし・にんじん・メンマ・しいたけ・もやし・チンゲン菜・長ねぎ・いちご・レモン	にんじん・こんにゃく・さやいんげん・えのきたけ・玉ねぎ・かぼちゃ	こまつな・もやし・にんじん・たけのこ・えのきたけ・長ねぎ	キャベツ・きゅうり・にんじん・にんにく・しょうが・玉ねぎ・しいたけ・メンマ・もやし・長ねぎ	まいたけ・しめじ・たくあん・こまつな・キャベツ・にんじん・しいたけ・ごぼう・こんにゃく・長ねぎ・玉ねぎ・かぼちゃ
エネルギー 650 kcal   781 kcal	670 kcal   789 kcal	577 kcal   - kcal	711 kcal   765 kcal	589 kcal   704 kcal	

<9月の地場産物>米・豆腐・厚揚げ・玉ねぎ・きゅうり  
・長ねぎ・なす・トマト・パセリ・アスパラガス

\* 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。