2023.11 新発田市学校給食北共同調理場

	月	火	· 水	木	金
			1	2	3 文化の日
献立			のり豆あえ さんまのかば焼き ごはん 新発田麩の	アーモンド キャベツ ウインナー ケチャップソース 慣割り ミネストローネ	
赤			さんま・大豆・のり・とうふ・大	コッペパン ウインナー・ベーコン・あさり・大	
黄			豆・牛乳 米・米油・でん粉・砂糖・じゃがい も・ふ	豆・牛乳 パン・砂糖・アーモンド・オリーブ 油・じゃがいも	
緑			もやし・にんじん・こまつな・えの きたけ・長ねぎ	キャベツ・きゅうり・にんじん・に んにく・セロリ・玉ねぎ・トマト	
エネルギー			613 kcal 797 kcal	623 kcal 842 kcal	kcal kcal
	6	7	8	9	10
献立	みかん さつまいも サラダ ポークカレ (ごはん)	茎わかめの きんぴら ちくわの 磯辺揚げ ごはん いも煮汁	切り干し大根の サナサラダ いかフライ ではん 検菜のみぞ汁	いもジェンヌだいふく わかめサラダ ソフトめん 根菜ミート	のり酢あえ キ乳 さばの レモンソース ごはん なめこ汁
		ちくわ・くきわかめ・さつま揚げ・		ぶた肉・大豆・チーズ・わかめ・牛	
95.	ぶた肉・スキムミルク・牛乳 米・バター・じゃがいも・ノンエッグマ	ぶた肉・牛乳	いか・ツナ缶・厚揚げ・大豆・牛乳 米・パン粉・小麦粉・でん粉・米	乳 ソフトめん・オリーブ油・砂糖・米油・ノンア	さば・のり・厚揚げ・牛乳米・米油・砂糖・じゃがいも
	ヨネーズ・カレールウ・さつまいも にんにく・しょうが・玉ねぎ・にんじ ん・チャツネ・りんご・ブロッコリー・	も・小麦粉・でん粉にんじん・こんにゃく・さやいんげん・	油・砂糖・さといも 切干しだいこん・キャベツ・ブロッコ リー・にんじん・だいこん・はくさい・	ん粉 しょうが・にんにく・玉ねぎ・にんじん・れん	大・木油・砂糖・しゃかいも レモン・キャベツ・もやし・にんじん・ ほうれんそう・だいこん・なめこ・長ね
エネルギー	キャベツ・とうもろこし・みかん 694 kcal 859 kcal	ごぼう・しめじ・はくさい・長ねぎ 555 kcal 802 kcal	_{長ねぎ} 602 kcal 746 kcal	ペツ・きゅうの・えだまめ・とうもろこし 718 kcal 891 kcal	€ 645 kcal 825 kcal
	13 外ヶ輪小リクエストメニュー みかんクレープ	14	15	16	17 食育の日献立
献立	海藻サラダ チキンたれカツ	カレーもやし信田煮	ひじきサラダ	コーグルトあえ ハンバーグ	(機) はいかって素
	プタンスープ	ごはん、肉じゃか		横割り丸パンポトフ	ごはん 小煮物
	とり肉・海藻ミックス・ <i>ぶ</i> た肉・豆 乳・大豆・牛乳 米・米油・米粉・パン粉・砂糖・ご	油揚げ・たら・ぶた肉・牛乳 米・でん粉・砂糖・米油・じゃがい	乳	とり肉・ぶた肉・ヨーグルト・ウィンナー・牛乳 パン・でん粉・ダイスゼリー・砂	かまぼこ・牛乳
典	ま油・ワンタン皮 きゅうり・キャベツ・とうもろこし・に	もやし・にんじん・こまつな・しょう	小麦粉・春雨・米粉 きゅうり・キャベツ・とうもろこし・	糖・じゃがいも りんご・みかん・パイン・にんじん・玉	米・さといも・砂糖・でん粉 こまつな・もやし・キャベツ・にんじん・ごぼ
緑 エネルギー	んじん・しいたけ・もやし・メンマ・長 ねぎ・みかん・レモン 628 kcal 772 kcal	が・玉ねぎ・こんにゃく・しいたけ・れんこん・グリンピース 600 kcal 762 kcal	しょうが・にんにく・にんじん・たけの こ・しいたけ・長ねぎ・玉ねぎ 724 kcal 870 kcal	ねぎ・セロリ・しめじ・だいこん・パセリ 646 kcal 867 kcal	う・れんこん・しいたけ・こんにゃく・たけのこ・さやえんどう・かぼちゃ・しょうが601 kcal 754 kcal
	20	21	22	23 勤労感謝の日	24 キラっと新潟米☆地場もん献立
献立	チーズ 中華サラダ	ごぼうサラダ 中乳 白身魚の竜田揚げ	春雨の炒め物ハムカツ		めぐる焼きのり きりざい 厚焼き卵
	豆腐のチリソース丼 (ごはん)	ごはんきのこ沢煮椀	わかめごはん たまご コーンスープ		こはん 新発田のめぐみ 豚汁
23.		ホキ・ぶた肉・かまぼこ・牛乳	わかめ・とり肉・ぶた肉・とうふ・ たまご・牛乳		たまご・納豆・ぶた肉・とうふ・あ やめみそ・牛乳・のり
黄	米・春雨・キャノーラ油・でん粉・ ごま油・砂糖 しょうが・にんにく・玉ねぎ・にんじ	米・米油・春雨・でん粉・ノンエッ グマヨネーズ	米・米油・ごま油・砂糖・春雨・ じゃがいも・でん粉 にんにく・しょうが・にんじん・たけの		米・さつまいも・でん粉・なたね 油・砂糖 たくあん・のざわな・こまつな・にんじ
緑エネルギー	ん・たけのこ・しいたけ・長ねぎ・キャ ベツ・きゅうり	ごぼう・にんじん・きゅうり・キャベッ・えのきたけ・たけのこ・なめこ 589 kcal 758 kcal	こ・きくらげ・えだまめ・メンマ・とう もろこし・長ねぎ・チンゲンサイ	kool kool	ん・ごぼう・だいこん・こんにゃく・長 ねぎ・しいたけ
エネルキー	598 kcal 833 kcal 27	589 kcal 758 kcal 28	645 kcal 811 kcal 29	kcal kcal	641 kcal 775 kcal 日付 学校の給食予定
献立	ヨーグルト 春雨サラダ	おひたし 白身魚の	ピリ辛もやし豚肉の	カレーおからは焼き	配膳図と献立名
	中華あんかけ (ごはん)	りんごソース ごはん じゃかいもの みそ汁	ケチャップ炒め ごはん ちずく汁	こはんたぬき汁	
亦	ぶた肉・うずら卵・スキムミルク・ 牛乳	ホキ・とうふ・わかめ・牛乳	ぶた肉・かまぼこ・とうふ・もず く・牛乳	さば・とり肉・おから・さつま揚 げ・油揚げ・牛乳	体をつくる食品
	砂糖	米・米油・砂糖・でん粉・じゃがい も りんご・玉ねぎ・ほうれんそう・もや	米・米油・砂糖・ごま油・じゃがい も・ラー油 しょうが・にんにく・玉ねぎ・ピーマ	米・米油・砂糖・でん粉 長ねぎ・ピーマン・にんじん・とうもろ	熱や力になる食品
יניוו	のこ・しめじ・はくさい・きくらげ・チンゲン サイ・キャベツ・きゅうり・とうもろこし	し・にんじん・とうもろこし・えのきた け・長ねぎ	ン・にんじん・もやし・きゅうり・たけ のこ・えのきたけ・こまつな	こし・だいこん・こんにゃく・えのきた け・長ねぎ・しょうが	体の調子を整える食品
エネルギー	614 kcal 777 kcal	578 kcal 688 kca	584 kcal 747 kcal	659 kcal 800 kcal	小学校:エネルギー 中学校:エネルギー

^{*} 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。