

6月 献立予定表

2024.6 新発田市学校給食北共同調理場

	月	火	水	木	金
	3	4 ☆歯と口の健康週間メニュー☆ 東豊小5年なし	5 東豊小5年なし	6	7 中学校なし
献立					
赤	えび・とうふ・大豆・いんげん豆・牛乳	きびなご・ぶた肉・とうふ・あぶらあげ・大豆・牛乳	たまご・さつま揚げ・ぶた肉・厚揚げ・牛乳	ぶた肉・豚レバー・大豆・ベーコン・白いんげん豆・豆乳・牛乳	とり肉・ぶた肉・寒天・とうふ・大豆・わかめ・牛乳
黄	米・米油・でん粉・ごま油・砂糖	米・米油・砂糖・ごま油・じゃがいも・でん粉・米粉・玄米粉・ナタデココ	米・砂糖・小麦でん粉・植物油脂・米油・ごま油・アーモンド・じゃがいも	パン・米油・砂糖・オリーブ油・じゃがいも・ホワートルウ	米・豚脂・植物油脂・でん粉・砂糖・ごま・じゃがいも
緑	しょうが・にんにく・玉ねぎ・たけのこ・きくらげ・にら・長ねぎ・ブロッコリー・キャベツ・とうもろこし	しょうが・にんじん・こんにゃく・メンマ・とうもろこし・こまつな・キャベツ・長ねぎ・レモン	ごぼう・にんじん・たけのこ・こんにゃく・だいこん・玉ねぎ・しめじ・キムチ	にんにく・玉ねぎ・マッシュルーム・トマト・ブロッコリー・キャベツ・にんじん・とうもろこし	玉ねぎ・しょうが・にんじん・こまつな・もやし・えのきたけ
エネルギー	620 kcal 761 kcal	570 kcal 727 kcal	640 kcal 789 kcal	623 kcal 795 kcal	579 kcal - kcal
	10 ☆入梅メニュー☆	11 東豊小4年なし	12	13	14
献立					
赤	いわし・昆布・牛乳	ぶた肉・厚揚げ・あさり・牛乳	あじ・ひじき・さつま揚げ・大豆・かつおぶし・厚揚げ・牛乳	ぶた肉・とり肉・大豆・茎わかめ・なると・牛乳	とり肉・わかめ・ぶた肉・厚揚げ・牛乳
黄	米・でん粉・米油・砂糖・ごま・じゃがいも・麩	米・米油・砂糖	米・でん粉・米油・砂糖・ごま油・じゃがいも	中華めん・砂糖・小麦粉・植物油脂・豚脂・米油・じゃがいも・ごま油	米・ごま油・米油・じゃがいも・砂糖・でん粉
緑	キャベツ・こまつな・にんじん・こんにゃく・梅・だいこん・えのきたけ	玉ねぎ・にんにく・キャベツ・きゅうり・にんじん・とうもろこし・しめじ	長ねぎ・しょうが・にんじん・ごぼう・こんにゃく・さやいんげん・えのきたけ・玉ねぎ・こまつな	にら・きゅうり・にんじん・とうもろこし・にんにく・しょうが・玉ねぎ・キャベツ・メンマ・もやし・きくらげ・こまつな・長ねぎ・パイ	キャベツ・にんじん・こまつな・しょうが・たけのこ・こんにゃく・玉ねぎ・さやいんげん
エネルギー	610 kcal 752 kcal	578 kcal 714 kcal	640 kcal 783 kcal	654 kcal 820 kcal	633 kcal 774 kcal
	17	18	19 ☆食育の日メニュー☆ 外小6年、二小6年、東豊小6年なし	20 外小6年、二小6年、東豊小6年なし	21 中学校なし
献立					
赤	わかめ・ぶた肉・豚レバー・スキムミルク・牛乳	かつおぶし・ちりめんじゃこ・ぶた肉・とり肉・厚揚げ・もすく・大豆・たまご・牛乳	とびうお・とり肉・ほたてがいがい・なると・のり・牛乳	ウインナー・ベーコン・白いんげん豆・豆乳・牛乳	ぶた肉・大豆・寒天・あおのり・とうふ・あぶらあげ・牛乳
黄	米・砂糖・ごま油・米油・じゃがいも・カレールウ	米・砂糖・パン粉・でん粉・米油・じゃがいも	米・パン粉・小麦粉・でん粉・米油・揚げ油・ごま・じゃがいも・砂糖	パン・砂糖・米油・じゃがいも・米粉	米・米油・砂糖・ごま油
緑	にんじん・キャベツ・にんにく・しょうが・玉ねぎ・りんご・チャツネ・さくらんぼ・レモン	広島菜・京菜・だいこん葉・玉ねぎ・こまつな・もやし・にんじん・えのきたけ・長ねぎ	切り干しだいこん・もやし・きゅうり・にんじん・ごぼう・たけのこ・こんにゃく	キャベツ・きゅうり・パイナップル・みかん・玉ねぎ・にんじん・しめじ・ブロッコリー	ごぼう・にんじん・たけのこ・こんにゃく・しいたけ・こまつな・もやし・キャベツ・えのきたけ・玉ねぎ
エネルギー	628 kcal 772 kcal	640 kcal 785 kcal	611 kcal 745 kcal	600 kcal 714 kcal	662 kcal - kcal
	24	25	26	27	28
献立					
赤	とり肉・厚揚げ・大豆・牛乳	さば・さつま揚げ・昆布・あさり・厚揚げ・牛乳	ぶた肉・寒天・とうふ・たまご・牛乳	大豆・かまぼこ・とり肉・油揚げ・牛乳	とり肉・ベーコン・白いんげん豆・チーズ・牛乳
黄	米・でん粉・米油・じゃがいも・アーモンド・ごま油	米・米油・砂糖・ごま・じゃがいも	米・米油・砂糖・じゃがいも・でん粉	米粉めん・じゃがいも・でん粉・米油・砂糖・ごま	米・バター・ホワートルウ・米油・砂糖
緑	しょうが・きゅうり・にんじん・えのきたけ・玉ねぎ・こまつな	にんじん・ごぼう・こんにゃく・えのきたけ・玉ねぎ・こまつな	しょうが・玉ねぎ・りんご・こまつな・にんじん・とうもろこし・キャベツ・たけのこ・えのきたけ・にら	キャベツ・もやし・さやいんげん・にんじん・ごぼう・玉ねぎ・しいたけ・えのきたけ・たけのこ・こまつな・長ねぎ	玉ねぎ・にんじん・マッシュルーム・アスパラガス・パセリ・キャベツ・きゅうり・とうもろこし・レモン・りんご
エネルギー	638 kcal 788 kcal	669 kcal 816 kcal	608 kcal 749 kcal	651 kcal 806 kcal	658 kcal 809 kcal
献立	日付 学校の給食予定 				
赤	体をつくる食品				
黄	熱や力になる食品				
緑	体の調子を整える食品				
エネルギー	<small>小学校:エネルギー 中学校:エネルギー</small>				

よくかんで食べると、体によいことがたくさんあります。
普段から意識をして、よくかんで食べましょう！

* 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。