

2月の献立予定表

新発田市学校給食七葉共同調理場

日	こんだて			主な材料						エネルギー (kcal)	給食予定
	主食	おかず	の み も	あか おもに体を作る		きいろ おもに熱や力になる		みどり おもに体の調子をととのえる		上段：小学校 下段：中学校	
				たんぱく質	カルシウム	炭水化物	脂質	カロテン	ビタミンCなど		
3月	節分献立 ごはん	いわしのカリカリ揚げ 切り昆布煮 沢煮椀	牛乳	いわし、あぶらあげ、 だいず、ふたにく、 かまぼこ	こんぶ、ぎゅうにゅう	こめ、みずあめ、さとう、 げんまいこ、はるさめ、 じゃがいも	あぶら	にんじん、さやえんどう	しょうが、こんにゃく、 ごぼう、えのきたけ、 たけのこ	646	
										751	
4火	梅ごはん	たまごやき ヤーコンの和風サラダ 豚汁 ミルクコーヒー	牛乳	たまご、かつおぶし、 ふたにく、とうふ、 あやめみそ	ぎゅうにゅう	こめ、さとう、でんぶん、 じゃがいも	あぶら	しそ、にんじん	うめ、ヤーコン、キャベツ、 きゅうり、ごぼう、 だいこん、こんにゃく、 ねぎ	593	
										714	
5水	チーズパン	コーングラタン フルーツサラダ あさり入りミネストローネ	牛乳	おから、とうにゅう、 だいずこ、ベーコン、 あさり、だいず	チーズ、ぎゅうにゅう	パン、じゃがいも、 こめこ、みずあめ、 さとう	あぶら	にんじん、とまと	とうもろこし、たまねぎ、 キャベツ、きゅうり、 なつみかん、パイナップル、 にんにく	648	
										847	
6木	マーボー丼 (ごはん)	(マーボー丼の具) 大豆もやしのナムル ももゼリー	牛乳	ふたにく、だいず、 とうふ、みそ	ぎゅうにゅう	こめ、さとう、でんぶん、 みずあめ	あぶら、ごま	にんじん、にら、 ほうれんそう	しょうが、にんにく、 たまねぎ、メンマ、 しいたけ、ねぎ、だいずもやし、 もやし、もも	615	
										763	
7金	ごはん	鮭の塩こうじ焼き 茎わかめのきんぴら 新発田麴のみそ汁	牛乳	さけ、とうふ、あやめみそ	ぎゅうにゅう	こめ、さとう、じゃがいも、 しばたふ	あぶら	にんじん、さやいんげん	たけのこ、こんにゃく、 えのきたけ、だいこん、 ねぎ	610	
										746	
10月	キムタク丼 (ごはん)	(キムタク丼の具) ポテトサラダ わかめと豆腐のスープ	牛乳	ふたにく、とうふ	わかめ、ぎゅうにゅう	こめ、さとう、じゃがいも	あぶら、ノンエッグ マヨネーズ	にんじん	はくさい、にんにく、 しょうが、たまねぎ、りんご、 たくあん、きゅうり、 とうもろこし、えのきたけ、 だいこん、ねぎ	621	
										763	
12水	加治川中学校 リクエスト献立 ゆで中華めん	ちくわの磯辺揚げ 海藻サラダ みそラーメンスープ 豆乳プリン	牛乳	ちくわ、ふたにく、 とりにく、だいず、 あやめみそ、とうにゅう	わかめ、こんぶ、 きわかめ、すきのり、 ふのり、あおさ、 ぎゅうにゅう	ゆでちゅうかめん、 でんぶん、こむぎこ、 こめこ、さとう、 みずあめ	ごま、あぶら	にんじん	だいこん、きゅうり、 しょうが、にんにく、 たまねぎ、もやし、 メンマ、キャベツ、 ねぎ、にんじん	708	加治川小6年 給食なし
										872	
13木	ごはん	にしんの土佐煮 きりざい さつま汁	牛乳	にしん、なっとう、 とりにく、とうふ、 あやめみそ	かつおぶし、ぎゅうにゅう	こめ、さとう、でんぶん、 さつまいも	ごま	こまつな、にんじん	だいこん、たくあん、 ごぼう、ねぎ	663	
										806	
14金	バレンタイン献立 コーンライス	ハンバーグのケチャップソースがけ アーモンドサラダ 豆乳クラムチャウダー バレンタインデザート	牛乳	ふたにく、とりにく、 ベーコン、あさり、 しろいんげんまめ、 とうにゅう、だいず	ぎゅうにゅう	こめ、さとう、でんぶん、 じゃがいも、こめこ、 みずあめ	あぶら、アーモンド、 ココアパウダー	パセリ、にんじん	とうもろこし、にんにく、 しょうが、きゅうり、 キャベツ、たまねぎ、 マッシュルーム	767	
										936	
17月	ポークカレーライス (麦ごはん)	(ポークカレー) 白菜のコールスローサラダ 豆乳アイス	牛乳	ふたにく、とうにゅう	チーズ、ぎゅうにゅう	こめ、むぎ、じゃがいも、 さとう、みずあめ	あぶら、ノンエッグ マヨネーズ	にんじん	にんにく、しょうが、 たまねぎ、りんご、 パパイア、レーズン、 はくさい、きゅうり、 とうもろこし	724	
										865	
18火	ごはん	特製焼肉 わかめとこんにゃくのサラダ コーンたまごスープ	牛乳	ふたにく、とうふ、 たまご	わかめ、ぎゅうにゅう	こめ、さとう、でんぶん、 じゃがいも	ごま、あぶら	にら、にんじん	しょうが、にんにく、 たまねぎ、キャベツ、 もやし、きゅうり、 こんにゃく、メンマ、 きくらげ、とうもろこし、 ねぎ	608	
										743	
19水	食育の日献立 ごはん	さばのみそ煮 オータムボエムのマヨドレサラダ 小煮物	牛乳	さば、みそ、ツナ、 とりにく、かまぼこ	ぎゅうにゅう	こめ、さとう、でんぶん、 さといも	あぶら、ノンエッグ マヨネーズ	オータムボエム、 にんじん、さやえんどう	キャベツ、しいたけ、 ごぼう、れんこん、 こんにゃく、たけのこ、 なめこ	630	
										790	
20木	ごはん	鶏肉の照り焼き ごまあえ じゃがいもと厚揚げのみそ汁	牛乳	とりにく、あつあげ、 だいず、あやめみそ	ぎゅうにゅう	こめ、さとう、でんぶん、 じゃがいも	ごま	にんじん	キャベツ、もやし、 しめじ、はくさい、 ねぎ	602	
										727	
21金	ごはん	白身魚の薬味ソースがけ カレーナッツもやし 肉じゃが	牛乳	たら、ふたにく	ぎゅうにゅう	こめ、でんぶん、さとう、 じゃがいも	あぶら、アーモンド	にんじん、こまつな、 さやいんげん	ねぎ、しょうが、もやし、 たまねぎ、しいたけ、 こんにゃく	630	
										775	
25火	ツナそぼろ丼 (ごはん)	ツナそぼろ丼の具 白菜のピリ辛あえ もずくたまごスープ	牛乳	ツナ、とうふ、たまご	もずく、ぎゅうにゅう	こめ、さとう、じゃがいも	あぶら、ごま	にんじん	しょうが、たまねぎ、 えだまめ、はくさい、 だいこん、きゅうり、 えのきたけ、 ねぎ	587	
										717	
26水	ソフトめん	ミートソース ポテトビーンズ フルーツパンチ	牛乳	ふたにく、だいず	ぎゅうにゅう	ソフトめん、さとう、 じゃがいも	あぶら	にんじん、トマト、 パセリ	にんにく、しょうが、 たまねぎ、マッシュルーム、 みかん、パイナップル、 りんご、ぶどう、もも	768	
										946	
27木	ごはん	春巻き キャベツのうまダレサラダ あさり入りキムチチゲ	牛乳	ふたにく、とうふ、 あさり、あやめみそ	こんぶ、ぎゅうにゅう	こめ、こむぎこ、はるさめ、 でんぶん、こめこ、 こなあめ、さとう	あぶら、ごま	にんじん	たまねぎ、キャベツ、 きゅうり、にんにく、 しょうが、もやし、 えのきたけ、はくさい、 りんご、 ねぎ	661	
										821	
28金	受検応援献立 ごはん	チキンたれかつ オータムボエムの磯香和え 大根の呉汁 小：みかんゼリー 中：いよかんゼリー	牛乳	とりにく、とうふ、 だいず、とうにゅう、 あやめみそ	のり、ぎゅうにゅう	こめ、パンこ、でんぶん、 さとう、みずあめ	あぶら	オータムボエム、 にんじん	もやし、ごぼう、 だいこん、はくさい、 しめじ、 ねぎ、みかん、 いよかん	654	
										785	

※太字は郷土料理と新発田市産のものを示します。 ※魚には骨があります。はしを上手に使ってよくかんで食べましょう。 ※物価の変動や気候等により、献立が変更になることがあります。



新発田市
ホームページ
二次元バーコード

きゅうしょくしゅうかんと う が しょうかい

給食週間動画をご紹介します！

今年度の給食週間では、新発田市の地場産物を使った給食を提供しました。地場産物を知ってもらうために、新発田市学校給食協議会が動画を作成しました。「こにもんファミリー」が新発田市の地場産物を紹介しています。ぜひお子さんと一緒にご覧ください。

こにもんファミリー

