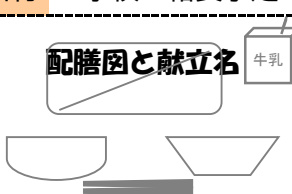
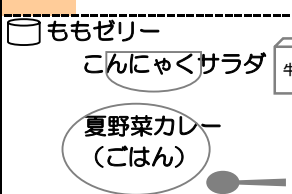
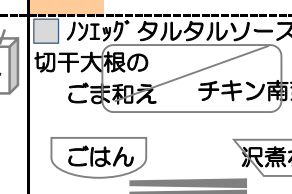
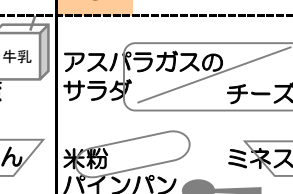
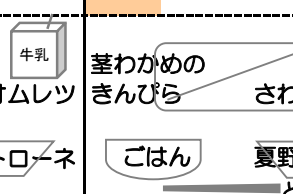
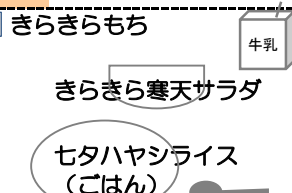
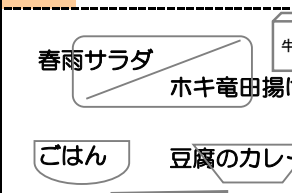
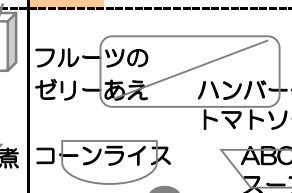
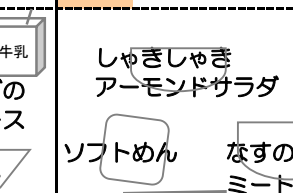
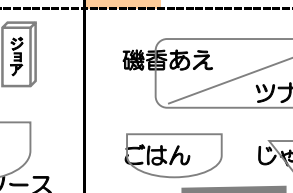
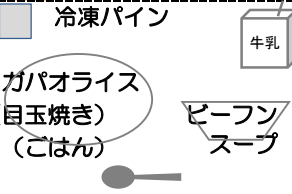
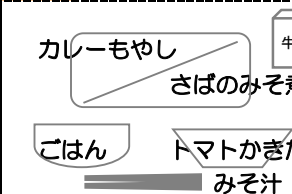
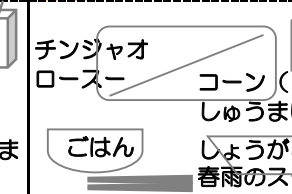
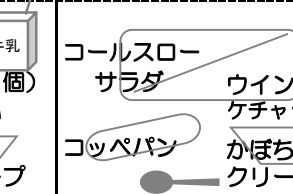
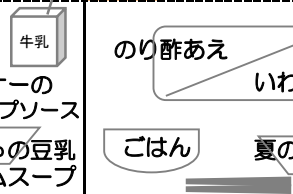
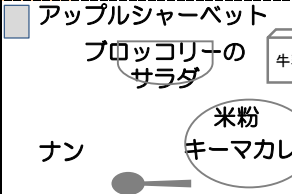
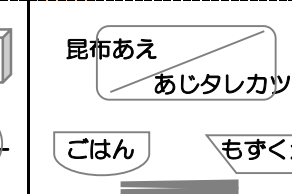
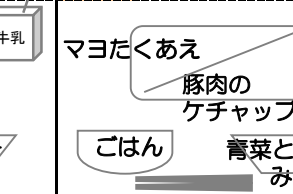
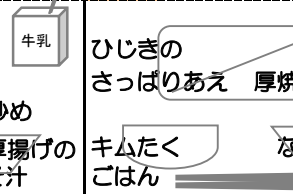


7月 献立予定表

2025.7 新発田市学校給食北共同調理場

|       | 月                                                                                   | 火                                                                                   | 水                                                                                    | 木                                                                                     | 金                                                                                     |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
|       | 日付 学校の給食予定                                                                          | 1                                                                                   | 2                                                                                    | 3                                                                                     | 4                                                                                     |
| 献立    |    |    |    |    |    |
| 赤     | 体をつくる食品                                                                             | ふた肉・牛乳                                                                              | とり肉・大豆粉・かまぼこ・油揚げ・牛乳                                                                  | たまご・チーズ・ベーコン・あさり・白いんげん豆・牛乳                                                            | さわら・茎わかめ・さつまあげ・ふた肉・とうふ・牛乳                                                             |
| 黄     | 熱や力になる食品                                                                            | 米・米油・じゃがいも・米粉カレールー・ごま油・砂糖・水あめ                                                       | 米・でん粉・米油・砂糖・水あめ・ごま・春雨                                                                | 米粉パン・砂糖・米油・じゃがいも・小麦粉                                                                  | 米・ごま油・砂糖・じゃがいも                                                                        |
| 緑     | 体の調子を整える食品                                                                          | しょうが・にんにく・玉ねぎ・にんじん・スツキーニ・トマト・チャツネ・りんご・きゅうり・キャベツ・とうもろこし・こんにゃく・もも                     | 玉ねぎ・レモン・パセリ・切干だいこん・にんじん・もやし・こまつな・ごぼう・しいたけ・たけのこ・えのきたけ・長ねぎ                             | パインアップル・アスパラガス・キャベツ・にんじん・とうもろこし・にんにく・玉ねぎ・トマト・パセリ                                      | ごぼう・にんじん・こんにゃく・さやいんげん・玉ねぎ・ゆがお・なす・長ねぎ                                                  |
| エネルギー | 小学校:エネルギー 中学校:エネルギー                                                                 | 652 kcal 797 kcal                                                                   | 674 kcal 818 kcal                                                                    | 587 kcal 769 kcal                                                                     | 585 kcal 719 kcal                                                                     |
|       | 7 七タメニュー                                                                            | 8                                                                                   | 9                                                                                    | 10                                                                                    | 11                                                                                    |
| 献立    |    |    |    |    |    |
| 赤     | ふた肉・寒天・牛乳                                                                           | ホキ・ふた肉・とうふ・牛乳                                                                       | とり肉・ふた肉・ベーコン・牛乳                                                                      | ふた肉・大豆・脱脂粉乳                                                                           | ツナ缶・青大豆・寒天・のり・厚揚げ・わかめ・牛乳                                                              |
| 黄     | 米・米油・じゃがいも・ノンアレルギーンハヤシルウ・ごま油・砂糖                                                     | 米・でん粉・米油・春雨・ごま油・砂糖・ノンアレルギーンカレールー・でん粉                                                | 米・米油・でん粉・砂糖・じゃがいも・マカロニ                                                               | ソフトめん・米油・砂糖・ノンアレルギーンハヤシルウ・クッキングソース・じゃがいも・アーモンド・ごま油                                    | 米・砂糖・じゃがいも                                                                            |
| 緑     | にんにく・玉ねぎ・にんじん・セロリ・マッシュルーム・トマト・キャベツ・きゅうり・オクラ・えだまめ・とうもろこし・みかん                         | きゅうり・にんじん・もやし・とうもろこし・玉ねぎ・たけのこ・しめじ・こまつな                                              | とうもろこし・にんにく・玉ねぎ・トマト・パイン・もも・みかん・レモン・にんじん・キャベツ・ブロッコリー                                  | なす・しょうが・にんにく・玉ねぎ・にんじん・セロリ・トマト・きゅうり・いちご                                                | しょうが・にんじん・玉ねぎ・こまつな・もやし・キャベツ・えのきたけ                                                     |
| エネルギー | 646 kcal 789 kcal                                                                   | 644 kcal 783 kcal                                                                   | 613 kcal 765 kcal                                                                    | 636 kcal 790 kcal                                                                     | 572 kcal 705 kcal                                                                     |
|       | 14                                                                                  | 15 外ヶ輪小5年なし                                                                         | 16 外ヶ輪小5年なし                                                                          | 17                                                                                    | 18 食育の日メニュー                                                                           |
| 献立    |  |  |  |  |  |
| 赤     | とり肉・大豆・たまご・かまぼこ・牛乳                                                                  | さば・油揚げ・たまご・牛乳                                                                       | 魚肉・ふた肉・寒天・とうふ・かまぼこ・牛乳                                                                | ふた肉・ベーコン・白いんげん豆・豆乳・牛乳                                                                 | いわし・のり・とり肉・かまぼこ・ほたて・牛乳                                                                |
| 黄     | 米・米油・砂糖・ビーフン                                                                        | 米・砂糖・じゃがいも・でん粉                                                                      | 米・でん粉・パン粉・小麦粉・豚脂・米油・砂糖・ごま油・春雨                                                        | パン・砂糖・米粉                                                                              | 米・でん粉・米油・砂糖・じゃがいも                                                                     |
| 緑     | にんにく・玉ねぎ・にんじん・ピーマン・パシル・しいたけ・たけのこ・キャベツ・にら・長ねぎ・パインアップル                                | もやし・にんじん・こまつな・玉ねぎ・えのきたけ・トマト・にら                                                      | とうもろこし・しょうが・にんにく・にんじん・たけのこ・もやし・ピーマン・玉ねぎ・えのきたけ・しいたけ・長ねぎ                               | キャベツ・きゅうり・にんじん・とうもろこし・玉ねぎ・しめじ・かぼちゃ                                                    | にんじん・こまつな・キャベツ・ごぼう・しいたけ・たけのこ・ゆがお・こんにゃく・さやえんどう                                         |
| エネルギー | 628 kcal 772 kcal                                                                   | 598 kcal 752 kcal                                                                   | 575 kcal 732 kcal                                                                    | 623 kcal 798 kcal                                                                     | 589 kcal 726 kcal                                                                     |
|       | 21                                                                                  | 22 東豊小最終日                                                                           | 23 外ヶ輪小・二葉小最終日                                                                       | 24 豊浦小・第一中最終日                                                                         | 25 本丸中最終日                                                                             |
| 献立    |  |  |  |  |  |
| 赤     |                                                                                     | ふた肉・青大豆・牛乳                                                                          | あじ・塩昆布・かまぼこ・豆腐・もずく・牛乳                                                                | ふた肉・寒天・厚揚げ・牛乳                                                                         | ふた肉・たまご・ひじき・青大豆・油揚げ・とうふ・牛乳                                                            |
| 黄     |                                                                                     | ナン・米油・砂糖・米粉カレールー・じゃがいも・ごま油                                                          | 米・パン粉・米油・砂糖・じゃがいも                                                                    | 米・米油・砂糖                                                                               | 米・米油・水あめ・砂糖・小麦でん粉・じゃがいも・ごま                                                            |
| 緑     |                                                                                     | にんにく・玉ねぎ・にんじん・セロリ・トマト・チャツネ・りんご・きゅうり・ブロッコリー                                          | アスパラガス・キャベツ・きゅうり・にんじん・たけのこ・えのきたけ                                                     | しょうが・にんにく・玉ねぎ・ピーマン・にんじん・たくあん・キャベツ・きゅうり・えのきたけ・もやし・長ねぎ・こまつな                             | しょうが・にんにく・玉ねぎ・にんじん・キムチ・大根・きゅうり・キャベツ・なす・長ねぎ                                            |
| エネルギー |                                                                                     | 592 kcal 744 kcal                                                                   | 574 kcal 703 kcal                                                                    | 597 kcal 739 kcal                                                                     | - kcal 774 kcal                                                                       |

\* 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。 <7月の地場産物>米・とうふ・厚揚げ・きゅうり・玉ねぎ・じゃがいも・アスパラガス



しっかり食べて夏バテを予防し、食品ロスも減らしましょう！