

12月の献立予定表

新発田市学校給食紫雲寺共同調理場  
令和7年度 12月

日	曜	こ ん だ て			お も な 使 用 食 品						エネルギー	
		主 食	のみもの	お か ず	あか おもに体を作る		みどり おもに体の調子をととのえる		きいろ おもに熱や力になる		上段：小学校 下段：中学校	
					たんぱく質	カルシウム	カロテン	ビタミンCなど	炭水化物	脂質		
1	月	わかめごはん	米粉ハムカツ 牛乳 おかか和え さつま汁	とり肉,かつおぶし,とりにく,とうふ,あやめみそ	わかめ,煮干しだし,牛乳	こまつな,にんじん	もやし,キャベツ,ごぼう,だいこん,しいたけ,こんにゃく,長ねぎ	米,さつまいも,じゃがいも,米粉	米油	599 kcal		
										729 kcal		
紫小5年生栽培米		火	ごはん	牛乳	にしんの土佐煮 れんこんきんぴら 打ち豆のみそ汁	にしん,ぶた肉,大豆,厚揚げ,あやめみそ	煮干しだし,牛乳	にんじん,さやいんげん	ごぼう,れんこん,こんにゃく,だいこん,えのきたけ,長ねぎ	米,三温糖	ごま油,ごま	616 kcal
2	744 kcal											
3	水	ごはん	牛乳	セルフツナたまそぼろ丼の具 白菜の塩昆布和え あさりのみそ汁	ツナ,たまご,青大豆,あさり,あやめみそ	塩昆布,煮干しだし,牛乳	にんじん,こまつな	しょうが,玉ねぎ,はくさい,もやし,えのきたけ,長ねぎ	米,三温糖,じゃがいも	米油	618 kcal	
											757 kcal	
4	木	中華めん	牛乳	春巻き 中華サラダ ネギネギラーメンスープ	ぶた肉,大豆,なると	牛乳	にんじん,こまつな	もやし,キャベツ,とうもろこし,しょうが,にんにく,長ねぎ,玉ねぎ,メンマ,しいたけ	ゆで中華めん,小麦粉,でん粉,春雨,三温糖	米油,ごま油	655 kcal	
											808 kcal	
5	金	ごはん	牛乳	チキンソースカツ ごまキャベツ わかめのみそ汁	とり肉,油揚げ,あやめみそ	煮干しだし,わかめ,牛乳	にんじん	キャベツ,きゅうり,えのきたけ,だいこん,長ねぎ	米,三温糖,じゃがいも,小麦パン粉,	米油,ごま油,ごま	607 kcal	
											735 kcal	
今年度の給食週間は12月に実施します。期間は8日(月)～12日(金)です 今年のテーマも「地場産物いっぱい～しばたの心いただきます～」です。 12月8日が「有機農業の日」ということで、新発田で農業を使わずに育てられた「オーガニック米」を給食でいただきます。また、新発田牛や菅谷りんご、やわ肌ねぎ、さといもなどの注目食材をいかした献立が登場します。 新発田のおいしい食材を知って、味わいましょう。												
8	月	オーガニック米 ごはん	牛乳	さばのカレー照り焼き 茎わかめのきんぴら ぼかぼか汁	さば,ぶた肉,とうふ,あやめみそ	くきわかめ,煮干しだし,牛乳	にんじん,さやいんげん	ごぼう,こんにゃく,だいこん,はくさい,なめこ,しょうが,長ねぎ	オーガニック米,三温糖,酒かす	米油,ごま	600 kcal	
											727 kcal	
新発田牛		火	ごはん	牛乳	厚焼きたまご きりざい 新発田牛のすき焼煮	たまご,納豆,生肉,焼き豆腐	牛乳	こまつな,にんじん	たくあん,はくさい,こんにゃく,干し椎茸,えのきたけ,長ねぎ	米,砂糖,でん粉	ごま	633 kcal
9	644 kcal											
菅谷りんご		水	ごはん	牛乳	冬野菜カレー 菅谷りんごのヨーグルト和え	ぶた肉,大豆	ヨーグルト,牛乳	にんじん,ブロッコリー	にんにく,しょうが,玉ねぎ,だいこん,れんこん,りんご,レモン,もも,パイン	米,さといも,三温糖,りんごゼリー	米油,カレールウ	634 kcal
10	776 kcal											
やわ肌ねぎ		木	黒糖背割り コッペパン	牛乳	チーズオムレツ フルーツ豆乳クリーム 長ねぎミネストローネ	たまご,ベーコン,あさり,大豆	チーズ,牛乳	にんじん,トマト	りんご,もも,パイン,にんにく,長ねぎ	パン,小麦粉,黒砂糖,豆乳クリーム,じゃがいも,三温糖	米油	644 kcal
11	835 kcal											
さといも		金	ごはん	牛乳	ハンバーグ 塩こうじソース かつのりサラダ 芋煮汁	とり肉,ぶた肉,かつおぶし	のり,牛乳	にんじん	玉ねぎ,にんにく,だいこん,きゅうり,もやし,ごぼう,こんにゃく,しめじ,長ねぎ	米,かたくり粉,三温糖,さといも		620 kcal
12	766 kcal											
15	月	ごはん	牛乳	厚揚げの肉みそ炒め ごぼうサラダ みぞれ汁	ぶた肉,大豆,厚揚げ,あやめみそ,ツナ	牛乳	にんじん,さやいんげん	しょうが,玉ねぎ,ごぼう,キャベツ,きゅうり,なめこ,しいたけ,だいこん,長ねぎ	米,三温糖,かたくり粉,さといも	米油,ごま,ソイグ マネー	628 kcal	
											768 kcal	
16	火	ごはん	牛乳	米粉ブリかつ アーモンドおひたし 沢煮椀	ぶり,ぶた肉	牛乳	にんじん,さやえんどう	キャベツ,きゅうり,ごぼう,たけのこ	米,米パン粉,三温糖,じゃがいも,春雨	米油,アーモンド	676 kcal	
											823 kcal	
17	水	ごはん	牛乳 ミルク コーヒー	セルフキムたくごはん 地場産根菜チップス トックスープ	ぶた肉,なると	あおのり,牛乳	にんじん	しょうが,にんにく,長ねぎ,たくあん,キムチ,ごぼう,れんこん,もやし,メンマ,しいたけ	米,米粉,じゃがいも,とつく,ミルクコーヒー	米油,ごま油	623 kcal	
											762 kcal	
18	木	ごはん	牛乳	さばのみそ煮 のり酢和え 小煮物	さば,みそ,とり肉,かまぼこ	のり,牛乳	にんじん,こまつな,さやえんどう	キャベツ,ごぼう,しいたけ,こんにゃく,れんこん	米,でん粉,さといも,三温糖		609 kcal	
											759 kcal	
クリスマス献立		金	ターメリック ライス	牛乳	ハヤシライスソース もみの木サラダ クリスマスケーキ	ぶた肉,ツナ	牛乳	にんじん,トマト,ブロッコリー,パプリカ	しょうが,にんにく,玉ねぎ,しめじ,キャベツ,とうもろこし	米,じゃがいも,ハヤシルウ,三温糖,クリスマスケーキ	米油,ハヤシルウ	673 kcal
19	802 kcal											
22	月	ごはん	牛乳	かぼちゃひき肉フライ 寒天サラダ キムチ豚汁	青大豆,ぶた肉,とうふ,あやめみそ	わかめ,寒天,煮干しだし,牛乳	かぼちゃ,こまつな,にんじん	キャベツ,とうもろこし,ごぼう,玉ねぎ,だいこん,こんにゃく,長ねぎ,キムチ	米,小麦パン粉,小麦粉,じゃがいも	米油,ごま油,ごま	611 kcal	
											757 kcal	
23	火	ごはん	牛乳	マーボー丼の具 コーンしゅうまい 春雨サラダ	魚肉,ぶた肉,大豆,とうふ	牛乳	にんじん,にら	とうもろこし,しょうが,にんにく,メンマ,しいたけ,長ねぎ,きゅうり,キャベツ	米,小麦粉,三温糖,かたくり粉,春雨	ごま油,ごま	— kcal	
											811 kcal	
24	水	ココア揚げパン	牛乳	大根ツナサラダ 豆乳クラムチャウダー やさいゼリー	ツナ,あさり,豆乳,白いんげん豆	牛乳	ブロッコリー,にんじん,パセリ	だいこん,キャベツ,とうもろこし,玉ねぎ	コッペパン,ミルクココア,三温糖,さつまいも,米粉,やさいゼリー	米油,オリーブ油,シチュールウ	— kcal	
											704 kcal	

＊給食の予定＊

19日（金）加治川小 給食最終日  
22日（月）紫雲寺小 給食最終日  
24日（水）紫雲寺中 給食最終日

＊下線は新発田市産、太字は紫雲寺産のものを示します。  
＊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。