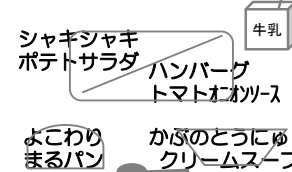
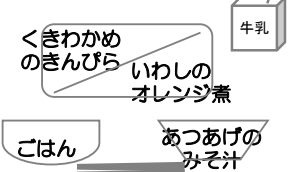
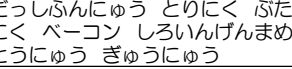
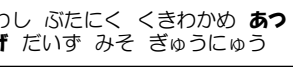
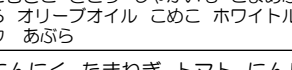
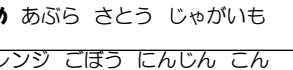
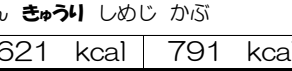
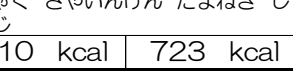
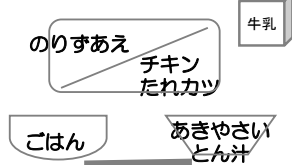
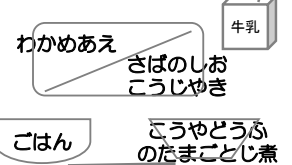
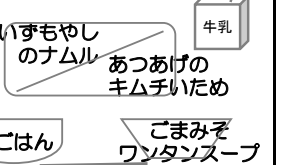
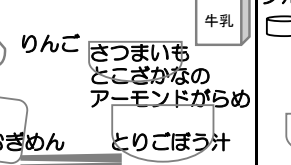
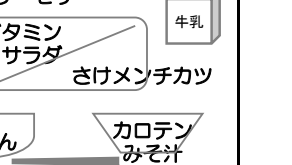
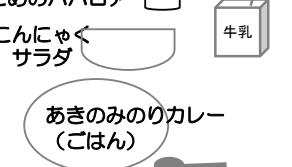
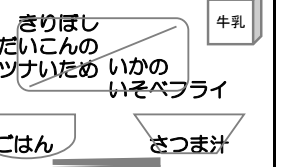
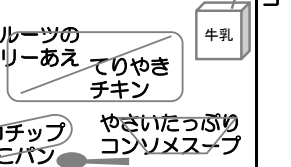
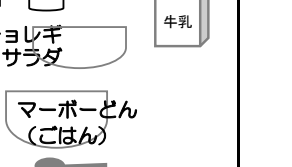
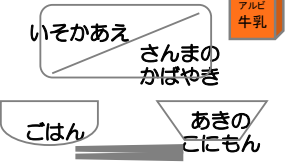
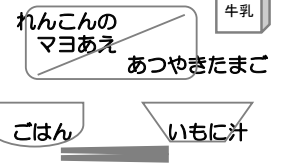
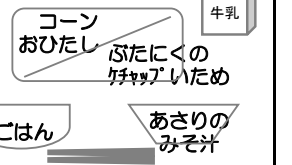
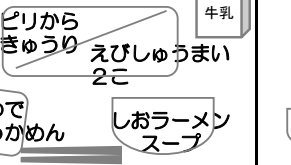
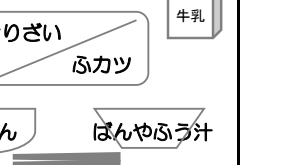
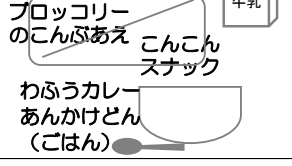
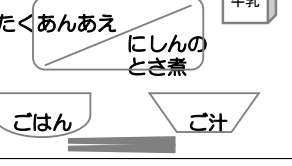
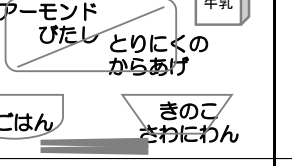
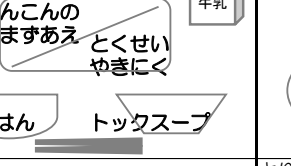


10月 献立予定表

2026. 10 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		10月は「食品ロス削減月間」です。みんなで地球にやさしい行動をしましょう！	1 小学校6年生、本丸中2年、一中2年なし	2 小学校6年生、一中1.2年なし
献立					
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	小学校:エネルギー 中学校:エネルギー	時間をみながら 食べよう	自分の体 必要量を 知ろう	おさらピカピカ をめざそう	
	5 豊浦小5年なし	6 豊浦小5年なし	7 二葉小5年、本丸中1年なし	8 二葉小5年なし	9
献立					
赤	とりにく のり とろろ ぶたにく みそ ぎゅうにゅう	さば わかめ とりにく こうやどう ぶたにく たまご ぎゅうにゅう	ぶたにく あつあげ みそ こんぶ ぎゅうにゅう	ちりめんじゃこ とりにく あぶら ぎゅうにゅう	さけ たら だいす みそ あぶら ぎゅうにゅう
黄	こめ あぶら さとう パンこ さといも	こめ ごまあぶら あぶら じゃがいも さとう でんぶ	こめ あぶら さとう でんぶ ごまあぶら ごま ワンタンのかわ	こむぎ おおむぎ さつまいも あぶら アーモンド さとう	こめ パンこ でんぶ あぶら さとう
緑	こまつな もやし にんじん ごぼう だいこん れんこん こんにゃく	にんじん キャベツ きゅうり たまねぎ しめじ こんにゃく	たまねぎ メンマ キムチ だいすもやし もやし こまつな しいたけ にんじん キャベツ	にんじん ごぼう まいたけ しいたけ はくさい こんにゃく りんご	キャベツ にんじん えのきだけ たまねぎ かぼちゃ こまつな ブルーベリー
エネルギー	635 kcal 773 kcal	616 kcal 759 kcal	628 kcal 785 kcal	599 kcal 726 kcal	644 kcal 775 kcal
	12	13	14	15 外ヶ輪小リクエストメニュー	16
献立					
赤		ぶたにく だいす ぎゅうにゅう	いか あおりの ツナ とりにく とろろ あぶらあげ だいす みそ ぎゅうにゅう	だっしふんにゅう とりにく ベーコン しろういんげんまめ ぎゅうにゅう	ぶたにく とろろ みそ わかめ のり ヨーグルト ぎゅうにゅう
黄		こめ あぶら さつまいも さといも カレーウ さとう ごまあぶら こめこ	こめ こむぎ パンこ あぶら さとう さつまいも	こむぎ こめ チョコレート さとう あぶら	こめ あぶら さとう でんぶ ごまあぶら
緑		しょうが にんにく たまねぎ にんじん しめじ チャツネ りんご キャベツ きゅうり こんにゃく とうもろこし みかん	にんじん きりぼしだいこん こんにゃく こまつな ごぼう たまねぎ ながねぎ	パイナップル りんご もも ぶどう みかん キャベツ にんじん たまねぎ しめじ とうもろこし	しょうが にんにく にんじん メンマ しいたけ たら ながねぎ キャベツ こまつな
エネルギー		664 kcal 815 kcal	631 kcal 774 kcal	633 kcal 704 kcal	578 kcal 692 kcal
	19 外ヶ輪小なし	20	21	22 一中なし	23
献立					
赤	さんま のり かまぼこ とりにく ぎゅうにゅう	たまご だいす ぶたにく ぎゅうにゅう	ぶたにく みそ あさり あぶらあげ とろろ ぎゅうにゅう	えび たら ぶたにく なると ぎゅうにゅう	なっとう さけ たら いわし とろろ だいす みそ ぎゅうにゅう
黄	こめ あぶら さとう さといも でんぶ	こめ ノンエッグマヨネーズ さといも さとう こむぎ	こめ あぶら さとう でんぶ じゃがいも	こむぎ パンこ でんぶ ごまあぶら さとう	こめ くるまふ パンこ コーン スターチ さとう あぶら じゃがいも
緑	こまつな にんじん もやし ごぼう しいたけ たけのこ こんにゃく れんこん なめこ	れんこん にんじん キャベツ とうもろこし ごぼう こんにゃく しめじ ながねぎ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ ピーマン とうもろこし キャベツ こまつな だいこん えのきだけ ながねぎ	きゅうり キャベツ にんにく しょうが たまねぎ にんじん もやし きくらげ メンマ ながねぎ	たくあん にんじん こまつな えのきだけ ごぼう はくさい ながねぎ たまねぎ しょうが
エネルギー	649 kcal 798 kcal	593 kcal 723 kcal	601 kcal 740 kcal	590 kcal 740 kcal	637 kcal 786 kcal
	26 東豊小、豊浦小、本丸中なし	27	28	29	30
献立					
赤	ぶたにく だいす あつあげ あおりの こんぶ ぎゅうにゅう	にんじん かつおぶし だいす うちまめ あつあげ みそ ぎゅうにゅう	とりにく ぶたにく ぎゅうにゅう	ぶたにく みそ ぎゅうにゅう	とりにく ベーコン かまぼこ しろういんげんまめ とうにゅう ひじき だいす ひよこめ いんげんまめ ぎゅうにゅう
黄	こめ あぶら カレーウ でんぶ ごまあぶら さつまいも さとう	こめ さとう	こめ あぶら でんぶ さとう アーモンド じゃがいも はるさめ	こめ あぶら さとう でんぶ こまつな	こめ あぶら こめ ホワイトルウ ごまあぶら さとう
緑	しょうが にんにく しいたけ たまねぎ にんじん たけのこ はくさい ながねぎ ごぼう れんこん キャベツ きゅうり ブロッコリー	たくあん キャベツ にんじん きゅうり だいこん えのきだけ はくさい ながねぎ	しょうが こまつな にんじん キャベツ ごぼう えのきだけ なめこ たけのこ さやえんどう	にんにく しょうが たまねぎ にんじん パプリカ りんご れんこん キャベツ しいたけ メンマ もやし ほうれんそう ながねぎ	たまねぎ にんじん しいたけ しめじ きゅうり レッドキャベツ キャベツ とうもろこし みかん ぶどう
エネルギー	628 kcal 776 kcal	566 kcal 682 kcal	603 kcal 738 kcal	627 kcal 774 kcal	601 kcal 729 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。

<10月の地場産物>米・とうふ・厚揚げ・きゅうり・ながねぎ