1月 献立予定表

2022.1　新発田市学校給食北共同調理場

	月	火	水	木	金
献立	日付 学校の給食予定 配膳図と献立名 牛乳 太字は郷土料理と地場産物です。	給食週間中、26日（水）の給食に「新発田牛（しばたうし）」が登場します!! 新発田牛は、おいしい新発田の稲わらを食べて育ち、肉質がやわらかいのが特徴です。お楽しみに～☆			7 第一中開始 ごまあえ／コーンしゅうまい（2個） 牛乳 わかめごはん　肉じゃが
赤	体をつくる食品				わかめ・魚肉・ぶた肉・牛乳
黄	熱や力になる食品				米・でん粉・ごま・砂糖・キャノーラ油・じゃがいも
緑	体の調子を整える食品				とうもろこし・ほうれんそう・もやし・にんじん・玉ねぎ・こんにゃく
エネルギー	小学校:エネルギー　中学校:エネルギー				638 kcal　808 kcal
献立	10 	11 外小・二小・東豊小・本丸中開始 こんぶ大豆 フルーツサラダ 牛乳 チキンキーマカレー（ごはん）	12 豊浦小開始 ミルメークコーヒー うのはないり／かますの西京焼き 牛乳 ごはん　キャベツのみそ汁	13 みかん さつまいもと大豆の揚げ煮 牛乳 中華めん　みそラーメンスープ	14 さけふりかけ ポテトとブロッコリーのサラダ／あつやきたまご 牛乳 ごはん　白玉雑煮
赤		とり肉・大豆・スキムミルク・こんぶ・牛乳	ミナミカゴカマス・ちくわ・豆乳・**おから**・油揚げ・みそ・牛乳	大豆・ぶた肉・牛乳	たまご・ひよこまめ・赤いんげん豆・かまぼこ・とり肉・鮭・のり・牛乳
黄		**米**・キャノーラ油・バター・じゃがいも・カレールウ	**米**・キャノーラ油・砂糖・じゃがいも・ミルメークコーヒー	ゆで中華めん・さつまいも・大豆油・キャノーラ油・砂糖	**米**・でん粉・じゃがいも・ノンエッグマヨネーズ・砂糖・白玉もち
緑		あまなつみかん・パイン・きゅうり・**キャベツ**・しょうが・にんにく・玉ねぎ・にんじん・チャツネ・りんご	**長ねぎ**・**ごぼう**・にんじん・こんにゃく・**キャベツ**・**えのきたけ**・玉ねぎ	にんにく・にんじん・玉ねぎ・**キャベツ**・もやし・しいたけ・メンマ・にら・**長ねぎ**・みかん	ブロッコリー・ごぼう・にんじん・**だいこん**・しいたけ・こんにゃく・**長ねぎ**・こまつな
エネルギー		681 kcal　835 kcal	621 kcal　749 kcal	734 kcal　883 kcal	651 kcal　795 kcal
献立	17 東豊小リクエストメニュー レモンシャーベット カレーもやし／チキンたれカツ 牛乳 ごはん　ワンタンスープ	18 いりだいず ヨーグルトあえ 牛乳 マーボー丼の具（ごはん）	19 中学校3年なし カレーおから／納豆 牛乳 ごはん　おでん	20 外小3年なし ブロッコリーサラダ／チリコンカン 牛乳 コッペパン　あさりのコンソメスープ	21 二小4年なし たくあんサラダ／ツナたまどんの具 牛乳 ごはん　さつま汁
赤	とり肉・ぶた肉・牛乳	ヨーグルト・とり肉・大豆・**とうふ**・みそ・大豆・牛乳	とり肉・豆乳・**おから**・ちくわ・がんもどき・昆布・とり肉・うずら卵・牛乳・納豆・あおさ	とり肉・大豆・あさり・ベーコン・牛乳	ツナ缶・たまご・油揚げ・とり肉・大豆・牛乳
黄	**米**・大豆油・砂糖・ワンタンの皮	**米**・アセロラジュレ・キャノーラ油・砂糖・でん粉	**米**・キャノーラ油・砂糖・さといも	パン・オリーブ油・じゃがいも	**米**・キャノーラ油・砂糖・ノンエッグマヨネーズ・さつまいも
緑	もやし・にんじん・ほうれんそう・メンマ・しいたけ・チンゲン菜・**長ねぎ**・レモン	もも・パイン・しょうが・にんにく・**長ねぎ**・にんじん・たけのこ・しいたけ・にら	**長ねぎ**・ピーマン・にんじん・とうもろこし・**だいこん**・玉ねぎ・こんにゃく・しそ	にんにく・玉ねぎ・トマト・ブロッコリー・にんじん・**キャベツ**・とうもろこし・しめじ	しょうが・にんじん・玉ねぎ・たくあん・キャベツ・きゅうり・**だいこん**・ごぼう・しめじ・こんにゃく・**長ねぎ**
エネルギー	628 kcal　772 kcal	663 kcal　809 kcal	671 kcal　811 kcal	632 kcal　804 kcal	660 kcal　818 kcal
献立	24 給食週間☆佐渡献立☆ 花野菜のごまじょうゆあえ／ブリたれカツ 牛乳 ごはん　ながもスープ	25 給食週間☆中越献立☆ きりざい／れんこんハンバーグ 牛乳 ごはん　番屋汁	26 給食週間☆新発田献立☆ オータムポエムのり豆あえ 牛乳 新発田牛どん（ごはん）　新発田あったか汁	27 給食週間☆聖籠献立☆ ぶどうゼリー 砂里芋サラダ アルビ牛乳 米粉めん　キムチチゲスープ	28 給食週間☆上越献立☆ 二小5・6年なし オータムポエムのサラダ／にぎすのかんずりソース 牛乳 野沢菜ごはん　スキー汁
赤	ブリ・かまぼこ・とうふ・ながも・牛乳	とり肉・ぶた肉・納豆・さけ・たら・いか・油揚げ・大豆・牛乳	**新発田牛**・青大豆・のり・油揚げ・牛乳	ツナ缶・ぶた肉・とうふ・牛乳	にぎす・ぶた肉・**とうふ**・牛乳
黄	**米**・米パン粉・大豆油・砂糖・ごま油・ごま	**米**・砂糖・ごま・**酒かす**	**米**・砂糖・さといも・**新発田麩**・**酒かす**	米粉めん・さといも・ノンエッグマヨネーズ・キャノーラ油	**米**・米粉・大豆油・砂糖・さつまいも
緑	ブロッコリー・カリフラワー・とうもろこし・にんじん・**えのきたけ**・たけのこ・**長ねぎ**	玉ねぎ・れんこん・たくあん・のざわな・にんじん・だいこん・ごぼう・こんにゃく・長ねぎ	しょうが・玉ねぎ・しいたけ・こんにゃく・**オータムポエム**・もやし・にんじん・**だいこん**・ごぼう・**長ねぎ**	ブロッコリー・とうもろこし・にんにく・しょうが・にんじん・**えのきたけ**・**はくさい**・キムチ・にら・**長ねぎ**・ぶどう	しょうが・のざわな・トマト・かんずり・**オータムポエム**・**キャベツ**・にんじん・とうもろこし・ごぼう・しいたけ・**だいこん**・こんにゃく・**長ねぎ**
エネルギー	673 kcal　816 kcal	677 kcal　827 kcal	705 kcal　874 kcal	627 kcal　752 kcal	606 kcal　756 kcal
献立	31 コロコロこんにゃくサラダ 牛乳 ハヤシライス（ごはん）	北共同調理場の給食週間は、1月24日（月）から28日（金）です☆　今年のテーマは・・・ **「♡しばたの心継承♡～ふるさと新潟の味めぐりランチ～」**です♪ **24日（月）佐渡地方、25日（火）中越地方、26日（水）新発田市、27日（木）聖籠町、28日（金）上越地方**をイメージして献立を作成しました。 どの日も、新発田市や新潟県内で生産された食材を多く使用しました。おいしい給食を食べながら、各地区の特徴や食文化を楽しく学びましょう☆			
赤	青大豆・わかめ・ぶた肉・豆乳・牛乳				
黄	**米**・ごま油・砂糖・キャノーラ油・じゃがいも				
緑	こんにゃく・きゅうり・とうもろこし・にんにく・玉ねぎ・にんじん・マッシュルーム・トマト・いちご				
エネルギー	647 kcal　785 kcal				

＊ 今月から、裏面の内容表の掲載はなくなりました。御了承ください。

＊ 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。

＜1月の地場産物＞　米・新発田牛・とうふ・おから・新発田麩・酒かす
オータムポエム・大根・白菜・長ねぎ・キャベツ・えのきたけ・ごぼう