

# 12月 献立予定表

2017. 12月 新発田市学校給食五十公野共同調理場

	月	火	水	木	金	
<b>献立</b> <b>赤</b> <b>黄</b> <b>緑</b> エネルギー			<b>▼各学校の給食最終日▼</b> 五十公野小 … 19日(火) 米倉小 … 20日(水) 松浦小 … 20日(水) いじみの分校…21日(木) 東中学校 … 22日(金)		<b>日付 各学校の給食予定</b> <b>1</b>	<b>配膳図と献立名</b> 太字は地場産物と郷土料理です。 
					<b>体を作る食品</b> たら のり ぶた肉 やきとうふ 牛乳	<b>熱や力になる食品</b> 米 かたくり粉 米油 さとう さといも
					<b>体の調子を整える食品</b> しそ こまつな キャベツ もやし にんじん えのき だいこん 長ねぎ	小学校のエネルギー   中学校のエネルギー 615 kcal   758 kcal
					<b>献立</b> <b>4</b> 松浦小学校 1/4献立 とうふのチーズケーキ 海そうサラダ とり肉のからあげ ごはん ワンタン スープ お茶	<b>5</b> さといもサラダ 大豆と小魚のいりに 中華めん みそラーメン スープ 牛
					<b>6</b> ひじき炒め さばのみそ煮 ごはん しばたふのかきたま汁 牛	<b>7</b> 花やさいサラダ ほうれん草オムレツ 冬やさいのカレー (麦ごはん) 牛
				<b>8</b> たくあんあえ さんまのかば焼き ごはん さつま汁 牛		
<b>献立</b> <b>赤</b> <b>黄</b> <b>緑</b> エネルギー	とり肉 わかめ ぶた肉 豆乳 クリームチーズ	かたくちいわし 大豆 ツナ ぶた肉 みそ 牛乳	さば みそ ひじき あぶらあげ 大豆 たまご 牛乳	たまご とり肉 牛乳	さんま ぶた肉 とうふ みそ 牛乳	
	米 かたくり粉 米油 ごま油 さとう ごま ワンタン	中華めん アーモンド さといも さとう マヨネーズ(卵なし) ごま油	米 さとう かたくり粉 米油 さといも しばたふ	米 麦 米油 さとう じゃがいも カレールウ	米 かたくり粉 米油 さとう ごま さつま汁	
	キャベツ きゅうり にんじん もやし とうもろこし しいたけ メンマ 長ねぎ こまつな ブルーベリー お茶	きゅうり キャベツ にんじん とうもろこし しょうが にんにく メンマ 玉ねぎ もやし 長ねぎ	しょうが にんじん ごぼう こんにゃく さやいんげん えのき はくさい 長ねぎ	ブロッコリー カリフラワー キャベツ にんじん しょうが にんにく 玉ねぎ れんこん ごぼう	きゅうり たくあんづけ キャベツ にんじん ごぼう だいこん こんにゃく 長ねぎ	
	633 kcal   796 kcal	677 kcal   837 kcal	680 kcal   842 kcal	690 kcal   855 kcal	708 kcal   876 kcal	
	<b>11</b> 米倉小5・6年 給食なし		<b>12</b> りんご ジャム こまつなサラダ とうふハンバーグ 食パン はくさいのチャウダー	<b>13</b> ヤーコンのきんぴら あじつけのり ますの塩こうじやき ごはん 青菜とたまごのみそ汁	<b>14</b> みかん えびととうふのチリソースライス (麦ごはん) 根菜のみそマヨサラダ	<b>15</b> アーモンドあえ ソースかつ(2こ) ごはん こにもん
あぶらあげ とり肉 わかざき わかめ おきあみ ぶた肉 やきとうふ 牛乳	とうふ とり肉 あさり 豆乳 牛乳	ます ぶた肉 あつあげ 大豆 あやめみそ たまご のり 牛乳	えび とうふ あさり みそ 牛乳	ぶた肉 あぶらあげ とり肉 かまぼこ 牛乳		
米 小麦粉 かたくり粉 さとう 米油 ごま くるまひ	食パン パン粉 かたくり粉 さとう 米油 じゃがいも ホワイトルウ いんげん豆	米 ごま油 さとう じゃがいも かたくり粉	米 麦 マヨネーズ(卵なし) ごま 米油 さとう かたくり粉	米 パン粉 小麦粉 米油 さとう アーモンド さといも		
ごぼう にんじん こまつな もやし こんにゃく えのき はくさい 長ねぎ	玉ねぎ おから にんじん こまつな キャベツ とうもろこし はくさい りんご	ヤーコン にんじん こんにゃく さやいんげん だいこん 長ねぎ こまつな	れんこん きゅうり キャベツ ごぼう とうもろこし だけのこ 玉ねぎ きくらげ 長ねぎ みかん	こまつな はくさい しいたけ ごぼう にんじん れんこん こんにゃく だけのこ なめこ		
614 kcal   757 kcal	660 kcal   812 kcal	646 kcal   798 kcal	693 kcal   853 kcal	686 kcal   851 kcal		
<b>献立</b> <b>赤</b> <b>黄</b> <b>緑</b> エネルギー	<b>18</b> クリスマスケーキ ハヤシライス ブロッコリーと いかのサラダ (コンソメ麦ごはん)	<b>19</b> 五小のみ みかん れんこんサラダ ムース とうり肉のてりやき ゆでうどん カレーうどんのスープ	<b>20</b> 五十公野小 給食なし 松浦・米倉のみ みかん もやしのサラダ ムース ポテトコロッケ ソース ツナピラフ ふわふわ たまごスープ	<b>21</b> 小学校3校 給食なし 分校のみ みかん くきわかめと えびのサラダ ムース あげぎょうざ (2こ) ごはん とうふの中華煮	<b>22</b> いじみの分校・ 小学校3校 給食なし かぼちゃプリン ふうふう大根の そぼろあんかけ わかめ とうふの ごはん ふうふう汁	
	いか ぶた肉 牛乳 豆乳	とり肉 ぶた肉 あぶらあげ 牛乳 (豆乳)	ツナ ぶた肉 わかめ ベーコン あさり たまご 粉チーズ 牛乳 (豆乳)	ぶた肉 くきわかめ えび とうふ 牛乳 (豆乳)	わかめ とり肉 あやめみそ とうふ かまぼこ 牛乳	
	米 麦 米油 ハヤシルウ さとう いんげん豆 米粉	ゆでうどん さとう かたくり粉 米油 カレールウ	米 米油 じゃがいも さとう パン粉 米粉	米 パン粉 小麦粉 米油 ごま油 さとう かたくり粉	米 さとう ごま かたくり粉 さといも	
	パセリ ブロッコリー キャベツ にんじん とうもろこし 玉ねぎ マッシュルーム トマト	とうもろこし れんこん きゅうり キャベツ にんじん しいたけ しめじ 玉ねぎ 長ねぎ (みかん)	玉ねぎ にんじん とうもろこし グリンピース もやし きゅうり だいこん しめじ パセリ (みかん)	キャベツ 玉ねぎ きゅうり にんじん たけのこ きくらげ (みかん)	だいこん こんぶ ゆず にんじん ごぼう えのき はくさい 長ねぎ かぼちゃ	
	718 kcal   862 kcal	684 kcal   833 kcal	695 kcal   861 kcal	- kcal   817 kcal	- kcal   827 kcal	
<b>献立</b> <b>赤</b> <b>黄</b> <b>緑</b> エネルギー	<b>▼今月の地場産物</b> 米(コシヒカリ)、あやめみそ、とうふ、あつあげ、あぶらあげ、やきとうふ、じゃがいも、さつま汁、さといも、玉ねぎ、ごぼう、長ねぎ、にんじん、キャベツ、だいこん、えのき、はくさい、ヤーコン、しばた餅、くるま餅、りんごジャム					
	<b>▼小・中学校のエネルギー基準値</b> 小学校中学年の基準：640 kcal 中学校の基準：820 kcal					
	*献立や食材は都合により変更となる場合がありますので、ご了承ください。					