

5月きゅうしょくこんだてひょう

新潟市黒崎学校給食センター（小学校・中学校）

2023. 5月		黄の食品		赤の食品		緑の食品		調味料	備考
日 (曜)	こんだて	エネルギーのもと		体をつくる		体の調子をととのえる		その他	
1日 (月)	麦入りゆかりごはん かきたまみそ汁	こめ むぎ				しそ		しお うめず	山田小2年生 給食なし
小677 中825	豚肉と大豆の揚げ煮 チーズ 牛乳	でんぶん じゃがいも さとう	あぶら	ぶたにく だいず		にんじん さやいんげん	たけのこ ししいたけ こんにゃく	さけ しょうゆ カレーこ	
2日 (火)	ごはん たけのこのみそ汁 さばの照り焼き えのき入りひたし かしわもち 牛乳	こめ じゃがいも さとう みずあめ でんぶん		とうふ わかめ さば			たけのこ ねぎ しょうゆ す しお かつおだし こんぶだし	にぼしこ みそ しょうゆ す しお かつおだし こんぶだし	
小697 中842	ごはん たけのこのみそ汁 さばの照り焼き えのき入りひたし かしわもち 牛乳	こめ じゃがいも さとう みずあめ でんぶん		とうふ わかめ さば			たけのこ ねぎ しょうゆ す しお かつおだし こんぶだし	にぼしこ みそ しょうゆ す しお かつおだし こんぶだし	
8日 (月)	麦ごはん シーフードカレー フルーツカクテル 牛乳	こめ むぎ じゃがいも	あぶら	ぶたにく ほたて いか あさり レンズまめ	ヨーグルト	にんじん	たまねぎ にんにく	カレーウ カレーこ しょうワイン チャツネ	フランス EU最大の農業国で、世界 上位の生産高を誇ります。 豊富な食料で作られ るフランス料理は、中 産・トルコと並ぶ世界三 大料理のひとつです。
小680 中842	麦ごはん シーフードカレー フルーツカクテル 牛乳	こめ むぎ じゃがいも	あぶら	ぶたにく ほたて いか あさり レンズまめ	ヨーグルト	にんじん	たまねぎ にんにく	カレーウ カレーこ しょうワイン チャツネ	
9日 (火)	ライス ポトフ 白身魚のプロヴァンス風 キャロット・ラベ ぶどうゼリー 牛乳	こめ じゃがいも でんぶん	あぶら オリーブオイル	ワインナー たら			たまねぎ キャベツ コーン セロリー	しお こしょう がらすープ	
小644 中799	ライス ポトフ 白身魚のプロヴァンス風 キャロット・ラベ ぶどうゼリー 牛乳	こめ じゃがいも でんぶん	あぶら オリーブオイル	ワインナー たら			たまねぎ キャベツ コーン セロリー	しお こしょう がらすープ	
10日 (水)	ソフトめん ミートソース わかめサラダ ジュシーフルーツ のむヨーグルト	ソフトめん あぶら		ぶたにく だいず	チーズ	にんじん トマト	たまねぎ しょうが にんにく セロリー グリーンピース	しお こしょう がらすープ	新潟では、財 務大臣・中央 銀行総裁会 議が5/11～ 13にかけて 行われます。 G7 NIIGATA
小690 中903	ソフトめん ミートソース わかめサラダ ジュシーフルーツ のむヨーグルト	ソフトめん あぶら		ぶたにく だいず	チーズ	にんじん トマト	たまねぎ しょうが にんにく セロリー グリーンピース	しお こしょう がらすープ	
11日 (木)	ごはん 沢煮焼 さばのみそ煮 切干大根の炒め煮 牛乳	こめ はるさめ さとう さとう		ぶたにく あぶら		にんじん さやえんどう	えのきだけ ごぼう けずりぶし	にぼしこ しょうゆ さけ しお	
小631 中705	ごはん 沢煮焼 さばのみそ煮 切干大根の炒め煮 牛乳	こめ はるさめ さとう さとう		ぶたにく あぶら		にんじん さやえんどう	えのきだけ ごぼう けずりぶし	にぼしこ しょうゆ さけ しお	
12日 (金)	ひろしまな 広島菜めし あつち 黒く燃えろ！Cスープ 鶏肉のはちみつレモン コーン入りひたし 牛乳	こめ じゃがいも でんぶん でんぶん はちみつ	あぶら	ベーコン とりにく	ちりめんじゃこ	トマト	たまねぎ キャベツ ししいたけ	しお かつおぶしこ がらすープ しょうゆ	ひろしまな 広島県 広島県でG7が開催され るに当たり、広島県の特 産品を生かしたメニュー を取り入れました。「C スープ」は広島カーブを イメージしています。
小603 中748	ひろしまな 広島菜めし あつち 黒く燃えろ！Cスープ 鶏肉のはちみつレモン コーン入りひたし 牛乳	こめ じゃがいも でんぶん でんぶん はちみつ	あぶら	ベーコン とりにく	ちりめんじゃこ	トマト	たまねぎ キャベツ ししいたけ	しお かつおぶしこ がらすープ しょうゆ	
15日 (月)	ごはん じゃがいものそばろ煮 ひじきの佃煮 アーモンドキャベツ 乾燥ブルー 牛乳	こめ じゃがいも さとう さとう	あぶら ごま アーモンド	ぶたにく ツナ		にんじん	たまねぎ だけのこ グリーンピース	しょうゆ みりん さけ みりん	
小602 中747	ごはん じゃがいものそばろ煮 ひじきの佃煮 アーモンドキャベツ 乾燥ブルー 牛乳	こめ じゃがいも さとう さとう	あぶら ごま アーモンド	ぶたにく ツナ		にんじん	たまねぎ だけのこ グリーンピース	しょうゆ みりん さけ みりん	
16日 (火)	ケジャリー オニオンスープ フィッシュアンドチップス 紅茶ゼリー 牛乳	こめ じゃがいも パンこ こむぎこ	あぶら	ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ しめじ	カレーこ しお こしょう がらすー フ	イギリス イギリスの食事はあま り料理に特徴を付けず、 味付けは塩味が主です。 また、アフタヌーンティ といひ、軽い食事やおや つと一緒に紅茶を飲む習 慣もあります。
小662 中834	ケジャリー オニオンスープ フィッシュアンドチップス 紅茶ゼリー 牛乳	こめ じゃがいも パンこ こむぎこ	あぶら	ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ しめじ	カレーこ しお こしょう がらすー フ	
17日 (水)	ごはん うち豆のみそ汁 チキンたれかつ かぶ漬け 牛乳	こめ じゃがいも さとう でんぶん こめこ パンこ	あぶら	うちまめ なまあげ			えのきだけ ねぎ	にぼしこ みそ しお こしょう さけ しょうゆ みりん	
小617 中776	ごはん うち豆のみそ汁 チキンたれかつ かぶ漬け 牛乳	こめ じゃがいも さとう でんぶん こめこ パンこ	あぶら	うちまめ なまあげ			えのきだけ ねぎ	にぼしこ みそ しお こしょう さけ しょうゆ みりん	

18日 (木)	ライ麦パン	コッペパン ライむぎ							ドイツ 気候的に寒い地域で、 冬にあまり作物がとれな いので、保存がきくじゃ がいもやハム・ソーセー ジの加工食品、野菜の漬 け物を作り、食べられる ようになりました。	
	りんごジャム	さとう みずあめ					りんご			
	カルトッフェルズuppe	じゃがいも	あぶら	しろいんげんまめ ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ セロリー にんにく	がらすूप しお こしょう		
	カリーブルスト			フランクフルト ソーセージ				ケチャップ ソース カレーこ		
小594	ザワークラウト						キャベツ むらさきキャベツ	す しお こしょう		
中764	牛乳			ぎゅうにゅう						
19日 (金)	ごはん	こめ								
	春野菜の煮物	じゃがいも さとう		ぶたにく ちくわ うずらたまご	こんぶ	にんじん	たけのこ こんにゃく	しょうゆ みりん にぼしこ		
	えびのから揚げ		あぶら	えび						
小595	アーモンドあえ	さとう	アーモンド			こまつな にんじん	キャベツ	しょうゆ		
中751	牛乳				ぎゅうにゅう					
22日 (月)	ごはん	こめ								群馬のしょうがっこう 大野小学校 山田小学校 給食なし
	マーボー豆腐	さとう でんぶん	あぶら ごまあぶら	とうふ ぶたにく だいず		にら	ねぎ にんにく しょうが ししいたけ きくらげ	みそ しょうゆ さけ トマト がらすー オスターソース		
	ボークシューマイ	パンこ でんぶん さとう こむぎこ みずあめ		ぶたにく			たまねぎ しょうが			
	春雨サラダ	はるさめ さとう	あぶら ごまあぶら ごま			にんじん	もやし きゅうり コーン	す しょうゆ しお		
中853	牛乳			ぎゅうにゅう						
23日 (火)	麦入りわかめごはん	こめ むぎ みずあめ			わかめ			しお こんぶエキス		
	野菜汁	じゃがいも		なまあげ		にんじん こまつな	かぶ ごぼう	にぼしこ しょうゆ しお		
	大豆コロッケ	じゃがいも さとう パンこ こめこ こむぎこ	あぶら	だいず			たまねぎ	しょうゆ しお		
	塩もみ					にんじん	キャベツ きゅうり	しお		
中753	牛乳			ぎゅうにゅう						
24日 (水)	ごはん	こめ								
	のりふりかけ	さとう でんぶん		かつおぶし	のり			しお まつちゃ しいたけエキス		
	春雨スープ	はるさめ		ぶたにく		にんじん こまつな	もやし きくらげ メンマ	がらすूप しお こしょう しょうゆ		
	チーズオムレツ	タピオカでんぶん さとう	あぶら	たまご	チーズ			す チキンスープ		
小601	カラフルビーンズ	さとう でんぶん	あぶら ごま ごまあぶら	だいず		ピーマン にんじん	こんにゃく	みそ しょうゆ みりん とうがらし		
中749	牛乳			ぎゅうにゅう						
25日 (木)	ごはん	こめ								
	みそワタンスープ	ワンタン	ごまあぶら	ぶたにく なんと		にんじん にら	もやし ねぎ メンマ	みそ がらすूप にぼしこ とうがらし		
	鶏肉とアスパラのちゅうか炒め	さとう でんぶん	あぶら	とりにく		アスパラガス にんじん	たまねぎ だけのこ きくらげ しょうが	さけ オスターソース しょうゆ こしょう		
	冷凍みかん						みかん			
中763	牛乳			ぎゅうにゅう						
26日 (金)	ごはん	こめ								
	じゃがいものごまみそ汁	じゃがいも	ごま	なまあげ		こまつな	えのきだけ ねぎ	にぼしこ みそ		
	鮭チーズフライ	パンこ こむぎこ でんぶん	あぶら	さけ	チーズ			しお		
	雪わかめのきんぴら	さとう	あぶら ごまあぶら	ぶたにく	くきわかめ	にんじん	ごぼう こんにゃく	しょうゆ さけ とうがらし		
中779	牛乳			ぎゅうにゅう						
29日 (月)	麦入りカレー味ごはん	こめ むぎ	あぶら					カレーこ	群馬のしょうがっこう 黒崎南小学校 立山小学校 給食なし	
	鶏肉とあさりのカレー		あぶら	とりにく ベーコン あさり しろいんげんまめ	チーズ ぎゅうにゅう	にんじん パセリ	しめじ たまねぎ	ホワイトルフ しお がらすूप こしょう		
	コールスロー		あぶら			にんじん	キャベツ きゅうり コーン	しお す こしょう		
	乾燥小魚	さとう でんぶん			かたくりわし			しお		
中775	牛乳			ぎゅうにゅう						
30日 (火)	ごはん	こめ							群馬のしょうがっこう 黒崎中学校 給食なし	
	おやこに	じゃがいも さとう くるまふ		とりにく たまご		にんじん こまつな	たまねぎ ししいたけ たけのこ	けずりぶし さけ しお しょうゆ		
	アモド入りちりめんじゃこの佃煮	さとう	アーモンド		ちりめんじゃこ			みりん しょうゆ		
	風味漬						きゅうり キャベツ しょうが	しょうゆ しお		
中 -	牛乳			ぎゅうにゅう						
31日 (水)	ごはん	こめ							群馬のしょうがっこう 大野小6年生 給食なし	
	けんちん汁	じゃがいも	あぶら	とうふ		にんじん	ねぎ だいこん ごぼう こんにゃく	にぼしこ しお しょうゆ		
	あじフライ	こむぎこ パンこ	あぶら	あじ				しお こしょう		
	ごま酢あえ	さとう	ごま			こまつな にんじん	きりぼしだいこん もやし	す しょうゆ		
小626	(中)ヨーグルト	さとう			にゅうせいひん かんでん					
中831	牛乳			ぎゅうにゅう						

※都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

サミット給食

4月に引き続き、5月もG7サミット（主要国国際会議）に参加する国の料理を取り入れた「サミット給食」を実施します。
9日（火）：フランス 12日（金）：広島県 16日（火）：イギリス 18日（木）：ドイツ を予定しています。どんな料理でしょうか。お楽しみに！