



7・8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）

日 (曜)	こんだて	黄の食品 エネルギーのもと		赤の食品 体をつくる	緑の食品 体の調子をととのえる	調味料 その他	備考
7月3日 (月)	ごはん 肉じゃが	こめ	じゃがいも さとう あぶら	ぶたにく	にんじん さやいんげん たまねぎ こんにゃく	みりん しょうゆ しお	黒崎南小学校 2年生 給食なし
Icali - (kcal) 小619 中779	鉄火みそ きゅうりの甘酢あえ 牛乳	さとう	あぶら	だいす	にんじん こんぼう	みそ さけ す しお しょうゆ	
4日 (火)	ごはん 夏野菜汁 さわらの西京焼き	こめ	じゃがいも	ベーコン なまあげ	にんじん	みそ にぼしこ みそ	
小594 中745	アーモンドキャベツ 牛乳		アーモンド	さわら	キャベツ きゅうり	しょうゆ しお	黒崎中学校 給食なし
5日 (水)	中華丼（ごはん） ごま酢あえ	こめ でんぶん	あぶら ごまあぶら	ぼたて ぶたにく いか うすらたまご	にんじん チンゲンサイ	がらスープ さけ しお しょうゆ こしょう	
小619 中755	すいか 牛乳				こまつな	す しょうゆ	
6日 (木)	ごはん じゃがいものみそ汁 ししゃもフライ	こめ	じゃがいも	なまあげ	たまねぎ えのきたけ	みそ にぼしこ こしょう	大野小学校 立山小学校 給食なし
小598 中777	ごまびたし 牛乳		ごま		こまつな にんじん もやし	しょうゆ	
7日 (金)	梅ごはん 七タ汁 おろしハンバーグ 磯香和え	こめ でんぶん さとう	はるさめ ぶ	かまぼこ	にんじん オクラ	しお こんぶエキス にぼしこ さけ けすりぶし しお しょうゆ	
小578 中726	七タデザート 牛乳	さとう でんぶん		かんてん	ほうれんそう にんじん	もやし みかん	黒崎中学校 給食なし
10日 (月)	ごはん 豚汁 鮭チーズフライ	こめ	じゃがいも	とうふ ぶたにく	にんじん	なす ごぼう ねぎ みそ にぼしこ	
小628 中778	切り昆布の煮つけ 牛乳	さとう	あぶら	さつまあげ うちまめ	こんぶ	しょうゆ にぼしこ	
11日 (火)	ごはん 卵とレタスのスープ チンジャオロース	こめ					立山小学校 給食なし
小591 中736	冷凍みかん 牛乳						
12日 (水)	大麦めん かしわ汁 ちくわの磯辺揚げ	おおむぎめん		とりにく あぶらあげ	にんじん ほうれんそう	ねぎ しめじ みりん しょうゆ とうがらし	
小609 中818	アーモンドあえ 牛乳	さとう	アーモンド		こまつな にんじん	きりぼしだいこん キャベツ	大野小学校 黒崎南小学校 山田小学校 給食開始
13日 (木)	ごはん キャベツのみそ汁 にぎすの南蛮漬け 大豆の磯煮	こめ	じゃがいも	なまあげ	キャベツ えのきたけ	みそ にぼしこ す しょうゆ とうがらし さけ	
小606 中779	ミルクデザート 牛乳	みずあめ さとう			にんじん さやいんげん	ごぼう	
14日 (金)	麦ごはん 夏野菜のカレー ひじきサラダ	こめ むぎ	じゃがいも	レバーいりワインナー ぶたにく	にんじん トマト	カレーこ ソース カレールウ しょうゆ みりん す しお こしょう	立山小学校 給食開始 黒崎中学校 給食なし
小649 中802	枝豆 牛乳					えだまめ しお	

18日 (火)	ごはん マーボー豆腐 もやしナムル	こめ さとう でんぶん	あぶら ごまあぶら	とうふ ぶたにく だいす		にら	ねぎ にんにく しょうが しいたけ きくらげ	みそ しょうゆ けつ しょうゆ しょうゆ す らーゆ	山田小学校 5年生 黒崎中学校 給食なし
小638 中 -	とうもろこし 牛乳				ぎゅうにゅう		とうもろこし		
19日 (水)	ごはん チンゲン菜のスープ	こめ		かまぼこ とうふ		チンゲンサイ にんじん	もやし きくらげ ねぎ	がらスープ しお しょうゆ こしょう にぼしこ	山田小学校 5年生 黒崎中学校 給食なし
小611 中 -	きゅうりの甘酢 牛乳	でんぶん さとう	あぶら ごま アーモンド	だいす とりにく			しょうが きゅうり	しょうゆ さけ しお	
20日 (木)	ごはん 夏野菜の卵とじ ひじきの佃煮 かおりあえ	こめ ぶ さとう		ぶたにく たまご		にんじん さやいんげん	しょうが なす たまねぎ ごぼう こんにゃく	けすりぶし しょうゆ さけ しょうゆ さけ みりん	黒崎中学校 給食なし
小571 中 -	ブルーベリーゼリー 牛乳	さとう みずあめ でんぶん				にんじん	キャベツ きゅうり ブルーベリーがじゅう	あおじそ しお しょうゆ	
21日 (金)	枝豆ごはん たまねぎと卵のみそ汁 じゃがいものカレーきんぴら	こめ		たまご とうふ ぶたにく		こまつな にんじん さやいんげん	えだまめ たまねぎ ごぼう	しお みそ にぼしこ カレーこ みりん しょうゆ	大野小学校 立山小学校 給食なし
小592 中744	アップルシャーベット 牛乳	さとう					りんご		



8月24日 (木)	ナン キーマカレー	ナン じゃがいも	あぶら	ぶたにく だいす		にんじん トマト	たまねぎ にんにく グリーンピース	カレーこ ソース カレールウ	小学校 給食なし 黒崎中学校 給食開始
小 - 中774	フルーツカクテル 牛乳	さとう		とうにゅう	かんてん		みかん バイ かも りんごがじゅう ぶどうがじゅう		
25日 (金)	ピリ辛丼 わかめスープ	こめ さとう	ごま あぶら	ぶたにく ちくわ		にんじん ビーマン	たまねぎ もやし こんにゃく	しょうゆ さけ けつ しょうゆ しょうゆ	小学校 給食なし
小 - 中755	プリンタルト 牛乳	さとう こめこ でんぶん	ショートニング あぶら	とうにゅう だいすこ				しょうゆ	
28日 (月)	ごはん あさりの佃煮 もずくのみそ汁 なすとかぼちゃのそぼろあんかけ	こめ さとう		あさり とうふ	もずく		しょうが えのきたけ ねぎ	しょうゆ みりん かつおぶしエキス みそ にぼしこ	小学校 給食なし
小 - 中778	冷凍パイ 牛乳	さとう でんぶん	あぶら	ぶたにく		かぼちゃ	なす たまねぎ えだまめ しょうが	しょうゆ みりん けすりぶし	
29日 (火)	ハヤシライス (麦ごはん) 甘夏サラダ (小) 乾燥小魚 (中) ブルーベリーゼリー 牛乳	こめ むぎ じゃがいも	あぶら	ぶたにく レンズまめ	チーズ	にんじん	たまねぎ にんにく マッシュルーム	あかいつ かつお ソース こしょう ハヤシルウ	大野小学校 黒崎南小学校 山田小学校 給食開始
小634 中803	ビビンバ丼 (麦ごはん) ピリからナムル あさりととうふのスープ	こめ むぎ さとう	あぶら	ぶたにく			しょうが ぜんまい だけのこ えのきたけ こんにゃく	とうパンジャン しょうゆ みりん しょうゆ す らーゆ	立山小学校 給食開始 黒崎中学校 給食なし
小595 中 -	冷凍パイ 牛乳					にんじん チンゲンサイ	しいたけ きくらげ	がらスープ しお しょうゆ	
31日 (木)	ごはん なすのみそ汁 さばのみそ煮 ひじきの梅和え 牛乳	こめ じゃがいも さとう		なまあげ さば		こまつな	なす しょうが きゅうり キャベツ ねりうめ	みそ にぼしこ みそ みりん しょうゆ こしょう	
小619 中765			ごまあぶら	ひじき		にんじん			

※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。

