

12月 きゅうしょくこんだてひょう

新潟市黒埼学校給食センター（小学校・中学校）

日 (曜)	こんだて	穀の食品 エネルギーのもと	肉の食品 体をつくる	緑の食品 体の働きをとる	調味料 その他	備考
1日 (金)	ごはん かつおぶりかけ 肉じゃが	こめ さとう でんぶん じゃがいも さとう	あぶら ぶたにく	のり	たまねぎ しらたき グリーンピース	しお まっちゃん かつおぶし みりん しお しょうゆ
14日 (水)	新緑きたまご	さとう でんぶん	たまご			かつおだし す しお しょうゆ
小615 中762	わかめときゅうりの甘酢あん 牛乳	さとう	わかめ	みかん きゅうり すし しょうゆ		
4日 (月)	ごはん とうろの中華煮 おでんのナムル	こめ さとう でんぶん さとう	あぶら ごまあぶら ごま うすらたまご あさり とうふ ぶたにく	にんじん チンゲンサイ にんじん	ねぎ ほうさい しいたけ メンマ しょうが にんにく きりぼしだいこん きゅうり みかん	しょうゆ ラー油 しお からスープ しょうゆ す
小619 中770	みかん 牛乳			ぎゅうにゅう		
5日 (火)	中華煮きたまご もずくのスープ 味噌汁 春雨サラダ	こめ さとう でんぶん ほうさめ みずあめ さとう ごむぎ さとう ほうさめ	ごまあぶら ぶたにく とうふ あぶら ロード ショートニング ぶたにく だいすけ あぶら ごまあぶら	ぶたにく もずく とうふ にんじん にんじん	ごまつな にんじん えのきたけ ねぎ キャベツ たまねぎ しょうが もやし コーン	しお しょうゆ さけ しょうゆ しょうゆ だし からスープ しお すし しょうゆ しお しょうゆ しお
小560 中721	みかん 牛乳			ぎゅうにゅう		
6日 (水)	ごはん キーマカレー 春雨のゆずレッシングサラダ	こめ むぎ じゃがいも さとう	あぶら ぶたにく ごま	にんじん	たまねぎ にんにく グリーンピース はくさい きゅうり こんにゃくかんてん	カレー ソース カレールフ しお しょうゆ ゆずがじゅう す こしょう
小630 中821	肉汁チーズ 牛乳			チーズ ぎゅうにゅう		
7日 (木)	ごはん キムチ入り野菜汁 さといもコロッケ いりとうふ	こめ じゃがいも さといも さとう パンと ごむぎ でんぶん さとう	あぶら ぶたにく とうろ たまご ぶたにく	にんじん にんじん	だいこん ごぼう ねぎ ぶなしめじ こんにゃく ほうさい たまねぎ ねぎ グリーンピース ごぼう しいたけ こんにゃく	みそ しょうゆ しお こしょう しょうゆ しょうゆ
小701 中857	プリン 牛乳	みずあめ さとう	とうにゅう		しお	
8日 (金)	ごはん 豚つかり 肉だんごときゅうり のスープ	こめ さとう パンと でんぶん さとう でんぶん さとう さつまいも	とんし あぶら ぶたにく	のり	にんじん ごまつな しいたけ ほうさい たまねぎ	しお とうがらし みりん かつお しいたけ いりこ あん しお しょうゆ みりん しょうゆ からみスープ しょうゆ
小640 中804	矢張ときゅうりの 牛乳		だいす		ぎゅうにゅう	
11日 (日)	ごはん マーボー豆腐 えびシューマイ	こめ さとう でんぶん さとう でんぶん さとう ごむぎ はるさめ さとう	あぶら ごまあぶら とうふ ぶたにく ごま たら えび だいすけ	にら にんじん	ねぎ にんにく しょうが しいたけ きくらげ たまねぎ もやし きゅうり しお	みそ しょうゆ トウバンジャン からスープ さけ オイスターソース しお ほたてがえしエキス しょうゆ す しお
小679 中835	味噌汁わかめのサラダ 牛乳		わかめ	にんじん		
12日 (月)	ごはん ずきやき アーモンド入り おひたし	こめ さとう さとう	あぶら ぶたにく とうふ アーモンド	にんじん しんじゆんく ちりめんじゃこ	えのきたけ ほうさい ねぎ こんにゃく みりん しょうゆ	しょうゆ みりん みりん しょうゆ
小611 中一	たくあんあえ 牛乳		ごま		きゅうり たくあん キャベツ	
13日 (火)	中華めん 五目あんかけスープ ピーズサラダ	ちゅうがめん さとう でんぶん ごまあぶら じゃがいも	ぶたにく なる いか うすらたまご だいす	にんじん にんじん	ほうさい もやし しょうが しいたけ メンマ にんにく しょうが きゅうり コーン	からスープ しょうゆ しお こしょう しょうゆ
小635 中一	りんご 牛乳			ぎゅうにゅう	りんご	

[illegible]

※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。

きゅうしょくの「こんだて」を
考えてくれました！

小学校6年生が家庭科で学習したことを生かして、そして中学校の給食委員会のみなさんが給食の献立を考えてくれました。その中から、小学校の各クラスから1名ずつ、中学校は2つの献立を実施する予定で、12月は立仏小学校と鷺崎南小学校、1月は大野小学校と黒崎中学校、2月は山田小学校の献立です。

**7日(木) 立たち仏ぶつ小しょう学がく校 6年2組
さんの献立**

野菜汁のキムチは、少し辛いので、
い季節に食べると体が温まると思います。
た。いりどうぶは野菜がたくさん入
いるので、栄養がとれると思います。
養素を全て入れて献立を考えるのは
だということがわかりました。

11日(月) 星埴南小学校 6年生
さんの献立

テーマは「^{からだ}体をつくるたんばく^{りつ}質がたっぷり中華献立」です。中華料理を中心とした献立にしました。マーボー豆腐で体が温まるように入れました。献立を作るのは大変だなと思いました。

19日(火) 立たち立たて小学校 6年1組
さんの献立

テーマは「体温まる和風の献立」です。そのために、冬ならではの温かいおでん、ごはんにも合う「ますの塩焼き」を選びました。また、しっかり赤・緑・黄もそろっていて栄養バランスもそろっています。みんなが大好きなミルクデザートも付けました。

12/15 (金) は、
西区一斉いもジェンヌ給食の日！！

← イメージキャラクター
「いもジェンヌちゃん」
：いもジェンヌが大好きな、いもジェンヌ
の国のお姫様



「いもジェンヌ」のロゴメークは、さつまいもの形の中に移丘地の起伏と風紋、右上に日本海の夕日をデザインしたものです。

西区特産のさつまいも「**ももジェンヌ**」を使った給食を西区の学校で一斉に実施する日です。黒埼学校給食センターでは、「**鶏肉とさつまいもの揚げ煮**」にももジェンヌを使用します。いもジェンヌは女性を思わせる上品で優雅な風味からその名前が付けられました。濃厚な甘みとしっかりと滑らかないもジェンヌを味わってください！