



予定献立表

今日の目標 「暑さに負けない食事をしよう(小学校)」



令和6年度
新居浜
小学校

日 曜 日	献立名	主 な 材 料						その他	エネルギー たんぱく質
		主に体をつくるものになる赤の食品		主に体の調子を整えるものになる緑の食品		主にエネルギーのもとになる黄の食品			
		主にたんぱく質(1群)	主に無機質(2群)	主にカロテン(3群)	主にビタミンC(4群)	主に炭化物(5群)	主に脂質(6群)		
		魚・肉・卵・豆・豆製品	乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・麺 芋・砂糖	油脂・種実		
1 月	牛乳		牛乳						581 kcal
	黒糖コッペパン					パン, 黒砂糖			
	野菜オムレツ	卵, ツナ	チーズ	赤パプリカ	ズッキーニ	砂糖	油	塩, 胡椒	
	アーモンドソテー				キャベツ, コーン		アーモンド, 油	鶏だし, 塩, 胡椒	
	ミネストローネスープ	ベーコン, 白いんげん豆		人参, トマト	玉ねぎ	じゃが芋, マカロニ		鶏だし, コンソメ, 醤油, 塩, 胡椒	
2 火	牛乳		牛乳						561 kcal
	たこ飯	たこ, 油揚げ		人参	ごぼう, 枝豆	米	ごま	こんぶだし, 醤油, 酒, 味醂	
	じゃこカツ	●じゃこカツ					油		
	おかか煮	かつお節		小松菜	もやし			醤油, 味醂	
	すまし汁	豆腐, かまぼこ	わかめ	人参, ねぎ	玉ねぎ, えのきたけ			花かつお(だし用), 醤油, 塩	
3 水	牛乳		牛乳						658 kcal
	コッペパン					パン			
	ポイルウインナー	●ウインナー							
	ポイル野菜				キャベツ, きゅうり				
	スパゲティミートソース	牛肉, きざみ大豆	チーズ	人参, 青ピーマン	玉ねぎ	スパゲッティ	油	塩, 生姜, にんにく, トマトソース, トマトケチャップ, ウスターソース, 胡椒, 赤ワイン	
オレンジ				オレンジ					
4 木	牛乳		牛乳						624 kcal
	ご飯					米			
	きびなごのから揚げ		●きびなごからあげ				油		
	ひじき入り甘酢炒め	ハム	ひじき		キャベツ, コーン	砂糖	油	酢, 醤油, 胡椒	
	親子煮	鶏肉, 油揚げ, 卵		人参	玉ねぎ, 干し椎茸, グリンピース	じゃが芋, 砂糖		塩, 醤油, 煮干(だし用)	
5 金	牛乳		牛乳						610 kcal
	わかめご飯		わかめ, ちりめん			米			
	鶏肉のごま焼き	鶏肉					油, ごま	醤油, 酒, 味醂, にんにく, とうがらし	
	かぼちゃのカレーそば煮	豚肉		かぼちゃ, さやいんげん		砂糖		鶏だし, 醤油, 酒, カレー粉, だし汁	
	そうめん汁	●錦糸卵		人参, ねぎ	玉ねぎ	●そうめん		花かつお(だし用), 醤油, 塩	
七夕ゼリー					●ゼリー				
8 月	牛乳		牛乳						633 kcal
	コッペパン					パン			
	鯛のトマトソース	鯛		トマト, パセリ	玉ねぎ	でん粉, 砂糖	油, オリーブ油	にんにく, 白ワイン, 塩, 胡椒, 醤油, 味醂, 鶏だし	
	三色ピーマンのチャップルー	豚肉, 豆腐, かつお節		青ピーマン, 赤パプリカ	黄パプリカ, もやし	砂糖	油	生姜, 醤油, 酒, オイスターソース, 塩, 胡椒	
	にら卵スープ	ベーコン, 卵		人参, にら	玉ねぎ, きくらげ	でん粉		鶏だし, 醤油, 塩, 胡椒	
9 火	牛乳		牛乳						607 kcal
	ご飯					米			
	豚肉の生姜焼き	豚肉				砂糖, でん粉		醤油, 酒, 味醂, 生姜	
	大豆の磯煮	大豆, ひらてん	ひじき	人参, さやいんげん	ごぼう	砂糖	ごま油	鶏だし, 醤油, 味醂	
	味噌汁	油揚げ, 味噌		かぼちゃ, ねぎ	玉ねぎ, キャベツ			煮干(だし用)	
10 水	牛乳		牛乳						666 kcal
	コッペパン					パン			
	竹輪のフリッター	竹輪, 卵				小麦粉, でん粉	油	炭酸水	
	アーモンドソテー				キャベツ, もやし		アーモンド, 油	塩, 胡椒, 鶏だし	
	チリコンカン	大豆, 牛肉 豚肉		人参, トマト, パセリ	玉ねぎ, コーン	じゃが芋, でん粉	油	にんにく, チリパウダー, トマトケチャップ, 中濃ソース, 塩, 胡椒, 鶏だし	
11 木	牛乳		牛乳						598 kcal
	ご飯					米			
	ぎょうざ	●ぎょうざ							
	もやしのナムル				もやし	砂糖	ごま油	酢, 醤油, コンソメ	
	肉じゃが	牛肉		人参, さやいんげん	玉ねぎ	じゃが芋, こんにゃく, 砂糖	油	醤油, 味醂	

日曜日	献立名	主 な 材 料						その他	エネルギー たんぱく質
		主に体をつくるものとなる赤の食品		主に体の調子を整えるものとなる緑の食品		主にエネルギーのもととなる黄の食品			
		主にたんぱく質(1群)	主に無機質(2群)	主にカロテン(3群)	主にビタミンC(4群)	主に炭化物(5群)	主に脂質(6群)		
12 金	牛乳		牛乳						672 kcal
	ご飯					米			
	さばの甘酢あんかけ	鯖		青ピーマン、赤パプリカ	玉ねぎ	でん粉、砂糖	油	塩、胡椒、生姜、酒、醤油、酢	
	ごま煮びたし			小松菜	キャベツ		ごま	醤油、味醂	
	沢煮椀	豚肉、油揚げ		人参、ねぎ	干し椎茸、もやし、たけのこ			塩、胡椒、醤油、酒、花かつお(だし用)	
	デザート					●ワッフル			
16 火	牛乳		牛乳						653 kcal
	ご飯					米			
	山賊焼き風から揚げ	鶏肉				でん粉	油	にんにく、生姜、鶏だし、醤油、酒	
	キャベツと沢庵の煮びたし				キャベツ、たくあん			醤油、味醂	
	ひんのべ	油揚げ、味噌		人参、ねぎ	玉ねぎ	●すいとん、じゃが芋		花かつお(だし用)	
	冷凍みかん				みかん				
17 水	牛乳		牛乳						618 kcal
	コッペパン					パン			
	さけのマヨネーズ焼き	鮭	牛乳				マヨネーズ	白ワイン、塩、胡椒	
	野菜ソテー			小松菜	キャベツ、コーン		油	鶏だし、塩、胡椒	
	中華スープ	ベーコン		人参、チンゲンサイ、ネギ	もやし、キクラゲ	春雨、でん粉		鶏だし、醤油、酒、塩、胡椒	
	パテチョコ					●パテチョコ			
18 木	牛乳		牛乳						745 kcal
	ご飯					米			
	夏野菜カレー	牛肉、きざみ大豆		人参、トマト	玉ねぎ、なす、ズッキーニ、枝豆	米	油	にんにく、トマトケチャップ、醤油、パーモンドカレールウ、とろけるカレールウ、鶏だし	
	じゃが芋のソテー	ベーコン				じゃが芋	油、ごま	鶏だし、塩、胡椒	
	ゆでとうもろこし				コーン			塩	
	デザート					●タルト			

※徴収している給食費については、全て食材の購入のみに使用しています。

★材料の都合により献立を変更することがあります。

9月から給食センターから 給食が配送されます。



**新居浜市西部学校給食センター
(はまっこ給食センター)**

配送される学校

新居浜小学校 宮西小学校 金子小学校
金栄小学校 高津小学校 浮島小学校
惣開小学校 中萩小学校 大生院小学校
東中学校 西中学校 南中学校 北中学校
中萩中学校 大生院中学校 川東中学校
新居浜特別支援学校



新居浜市学校給食センター

配送される学校

垣生小学校 神郷小学校
多喜浜小学校 泉川小学校
船木小学校 角野小学校
泉川中学校 船木中学校
角野中学校

7月18日の給食が、新居浜小学校の給食室で作る最後の給食になります。

学校で給食が作れなくなるのは本当にさみしいですが、「おいしい給食を届けたい！」と願う気持ちは給食センターになっても変わりません。

9月からの給食センターでも、毎日楽しみにしてもらえようようなおいしい給食を作れるよう、みんなで力を合わせて頑張っていきます。

これからもよろしくお願いします。

今月の日本全国味めぐりは、長野県の郷土料理です。 16日(火)の献立です。

「山賊焼き風から揚げ」は鶏の一枚肉に、にんにく・しょうが・醤油などで下味をつけて、片栗粉をまぶして揚げた郷土料理です。山賊は物を”とりあげる”から鶏を揚げる料理を「山賊焼き」と呼ぶようになったそうです。
「ひんのべ」は旬の野菜や油揚げ、すいとんがはいったみそ味のお汁です。長野ではすいとんのことを「ひんのべ」とも呼ばれています。

