



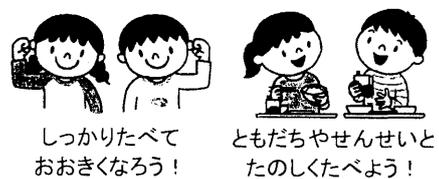
日	曜日	こんだて名					使われているおもな材料			kcal		場分	給食なしの学校・学級		
		主食	主菜	副菜	汁物	デザート・その他	赤のなかま	黄色のなかま	緑のなかま	g	g				
<p>入学・進級おめでとうございませう。みなさん、ご入学・ご進級おめでとうございませう。たくさん給食を食べて、げんきいっぱい活動してくださいね。給食センターでも気合を入れて給食を作ります！今年度もどうぞよろしくお願ひいたします。</p>															
7	水	ごはん	鶏肉の照り焼き	マカロニサラダ	すまし汁	お祝いデザート	牛乳 とりにく ハム かまぼこ とうふ	こめ マカロニ カゴゴ 野菜ゼリー	キャベツ きゅうり にんじん ながねぎ たけのこ えのきたけ	671 794	2.1 2.6				
8	木	ごはん	コロッケ	コーンおひたし	コンソメスープ	さけ ぶりかけ	牛乳 ハーコン さけのりかけ	こめ あぶら コロッケ ごま	キャベツ もやし こまつなコーン たまねぎ にんじん カリフラワー パセリ しめじ	638 756	2.2 2.7				
9	金	マーボー丼(麦ごはん)	もやしのナムル	はるさめスープ			牛乳 ふたにく とうふ だいず わかめ みそ	こめ むぎ あぶら さとう はるさめ がたくりこ	たまねぎ にんじん ちりもやし フロッコリー コーン はくさい こまつな メンマ きくらげ しめじ	635 771	2.7 3.4				
12	月	ごはん	豚肉のカレーいため	花野菜のサラダ	わかめスープ		牛乳 ふたにく とうふ わかめ	こめ あぶら さとう	たまねぎ キャベツ にんじん フロッコリー カリフラワー もやし コーン ながねぎ しめじ こんにゃく	588 728	2.1 2.9				
13	火	茶飯	ちくわの磯辺揚げ	ゆかりあえ	豚汁		牛乳 ちくわ ふたにく とうふ みそ	こめ あぶら ごま じゃがいも	キャベツ きゅうり にんじん しそ だいこん ながねぎ こんにゃく	627 779	2.5 3.3				
14	水	アップル米粉パン	ハンバーグ	ビーンズサラダ	野菜スープ		牛乳 ハンバーグ だいず ワインナー いんげんまめ	こめこパン アーモンド カゴゴ	きゅうり にんじん コーン たまねぎ キャベツ こまつなりんご	691 882	3.3 4.1				
15	木	ごはん	佐渡産さくらますの塩焼き	ごまあえ	みかん 沢煮椀	みかんゼリー	牛乳 さくらます ふたにく かまぼこ	こめ さとう はるさめ ごまゼリー	キャベツ もやし こまつな にんじん たけのこ こぼう えのきたけ さやえんどう	631 737	2.0 2.4	佐渡中等1年			
16	金	ごはん	親子煮	切干大根のサラダ	もすくの みるみそ汁		牛乳 たまご とりにく もすく とうふ みそ	こめ あぶら さとう ごま じゃがいも	たまねぎ にんじん もやし さやえんどう きゅうり きりぼしだいこん コーン ながねぎ しらたき	624 754	2.1 2.6	佐渡中等1年			
19	月	ごはん	春巻	ハンパンジー サラダ	中華スープ		牛乳 はるまき とりにく ハーコン	こめ あぶら さとう ごま	きゅうり もやし にんじん たまねぎ こまつな メンマ きくらげ	664 724	2.0 2.5				
20	火	ごはん	肉じゃが	ごぼうサラダ	すりみ汁	チーズ	牛乳 ふたにく すりみ とうふ チーズ みそ	こめ あぶら さとう ごま じゃがいも	たまねぎ にんじん ごぼう もやし さやえんどう フロッコリー だいこん ながねぎ こんにゃく	689 815	2.7 3.2	両津中3年			
21	水	ごはん	鶏肉のみそ焼き	しらたきの つるつるいため	かきたまスープ	ルレクチェ タルト	牛乳 とりにく ハーコン たまご みそ	こめ あぶら さとう タルト がたくりこ	にんじん ちりもやし たまねぎ ながねぎ しいたけ しらたき しょうが	706 814	2.3 2.6	両津中1年 両津中3年			
22	木	ごはん	白身魚の薬味ソース	おかかあえ	なめこの みるみそ汁		牛乳 ホキ かつおぶし あつあげ みそ	こめ あぶら さとう じゃがいも	ながねぎ キャベツ こまつな にんじん コーン なめこ だいこん	602 735	2.1 2.6	両津中3年			
23	金	ポークカレーライス(麦ごはん)	海藻サラダ		佐渡産 えちごひめ		牛乳 ふたにく だいず わかめ かんてん	こめ むぎ あぶら ルウ じゃがいも	たまねぎ にんじん にんにく もやし コーン いちご	681 827	2.9 3.7				
26	月	ごはん	鶏肉と高野豆腐の揚げ煮	ごまびたし	新じゃがの みるみそ汁		牛乳 とりにく とうふ あぶらあげ みそ	こめ あぶら じゃがいも ごま	キャベツ もやし にんじん こまつな ながねぎ えのきたけ	683 819	2.3 2.7	両津中 新穂中3年 佐渡中等			
27	火	ごはん	さばのハーブ焼き	アーモンド キャベツ	オニオン スープ		牛乳 さば ハーコン	こめ アーモンド	キャベツ きゅうり にんじん にんにく パセリ パセリ たまねぎ カリフラワー マッシュルーム	627 776	2.1 2.7	新穂中3年			
28	水	米粉パン	オムレツ	ツナサラダ	豆乳スープ	チョコ クリーム	牛乳 オムレツ ツナ とりにく とうふ みそ とうふ	こめこパン あぶら チョコクリーム じゃがいも	キャベツ きゅうり にんじん コーン こまつな	628 775	2.8 3.4	新穂中			
30	金	ごはん	鶏のからあげ	のり酢あえ	山菜のみそ汁		牛乳 とりにく のり あつあげ みそ	こめ あぶら がたくりこ さとう	キャベツ こまつな にんじん コーン ながねぎ しめじ わらび みずな うど なめこ たけのこ えのきたけ	652 780	1.8 2.2				
給食回数17回(ごはん15回、米粉パン2回、その他0回)									※食材料の入荷状況や感染性胃腸対策等により、献立を変更することがあります。			649 786	2.4 2.9	平均値	

入学・進級 おめでとうございます！



おいしい給食づくり
がんばります！

たのしい
きゅうしょく
はじまるよ！



かっこいいたべかたを
みにつけよう！

いろいろなたべものの
おいしさを見つけよう！

じゅんぴやかたづけを
てきぱきやろう！

- <職員…18名>
- センター長 甲斐 三代 (7センター兼務)
 - 主任 安藤 恵理
 - 栄養士 本間 信子、夏井紗野 (新採用)
 - 調理員 佐藤 誠、本間 千春、阿野 祐代、鈴木 まみ (新採用)
 - 北濱 和代、斎藤 トシ子、佐合 久美子、磯口 治子
 - 阿部 亜子、青木 聡子、伊藤 友加、石川 志津子
 - 平野 園子、恩田 あずさ

- <受配校…10校> 食数は合計約1,000食です。
- 小学校(6校) 前浜小、河崎小、両津小、両津吉井小、加茂小、行谷小
 - 中学校(4校) 前浜中、両津中、新穂中、佐渡中等

