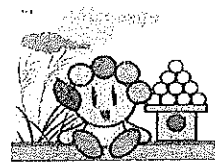




令和5年10月 太田市立新田学校給食センター

* 給食だより *



日ごとに暑さがやわらぎ、過ごしやすい季節となりました。お店には、おいしい秋のくだものや魚、野菜などがたくさん並んでいます。これからの時期は、私たちの身の回りでもおいしい野菜やくだものがたくさん収穫されます。

10月24日「学校給食ぐんまの日」



実りの季節にあわせて、10月24日は「学校給食ぐんまの日」です。自然の恵みが豊かな群馬県では、新鮮でおいしい食材がたくさん作られています。「学校給食ぐんまの日」は、群馬県でとれた食べ物を給食に使い、「ふるさと群馬」のよさに気づき、考える日です。

新田学校給食センターでは、ふだんから新田産のやさしい、太田市産のお米や牛乳、群馬県産の豚肉などを取り入れています。10月24日の献立には、特に群馬県や太田市の食べ物をたくさん使います。

10月24日の給食

ごはん

太田市でとれた「あさひの夢」というお米を炊いています。粘り気が少なく、あっさりした味です。

牛乳

太田市で育てた牛のミルクです。

ぐんまのしゅうまい

群馬県産のぶたにく、きゃべつなどを使ったしゅうまいです。

上州きんぴら

群馬県産のごぼう、こんにゃくを使います。

新田の野菜みそ汁

群馬県産のとうふと新田産のきゃべつ・なす・ほうれん草を使います。

群馬の郷土料理「おっきりこみ」

群馬県は、昔から小麦をたくさん栽培していました。その小麦の粉で幅の広い麺を作り、季節の野菜たっぷりの汁で煮込んで作るのが「おっきりこみ」です。10月27日は、群馬の野菜をたくさん使ったおっきりこみです。

地場産物を食べよう!! ~ モロヘイヤ編 ~



昔、エジプトの王様が重い病気にかかり、モロヘイヤのスープを飲んだら元気になった、という話が伝えられています。そこでモロヘイヤは「王様の野菜」と呼ばれています。葉の部分をやでて刻むとぬめりが出てネバネバになります。ぬめりをいかして、おひたし、あえもの、汁などで食べます。



太田市が、県内の生産量第1位!!

ビタミン、ミネラル、カリウム、鉄分が豊富!!

学校給食予定献立表



令和5年10月中学校

太田市立新田学校給食センター

日	曜	献立名			体の組織を作る食品群		体の調子を整える食品群		熱や力のもとになる食品群		栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質
		主食	飲物	おかず	1群 魚・肉・卵 豆・豆腐	2群 牛乳・乳製品 小魚・海苔	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 きのこ・果物	5群 米・パン・めん 芋・豆・そば	6群 油脂類	
2	月	麦ごはん	牛乳	ブラウンシチュー 山吹和え 手作りアップルパイ	ぶたにく	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ほうれんそう	たまねぎ りんご マッシュルーム じゃがいも コーン	むぎごはん さとう こむぎ	バター	872 24.4 28.5
3	火	ごはん	牛乳	さばのみそ煮 ひじきと大豆の炒め煮 鶏のつみれ汁	さば とり だいず みそ ちくり あぶらあげ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん こまつな	ほししいたけ ねぎ だいこん	ごはん さとう	あぶら	854 38.1 29.3
4	水	ミルクパン	牛乳	ベーコンエッグ カラフルサラダ スパゲッティナポリタン	ベーコン たまご	ぎゅうにゅう	パプリカ にんじん ピーマン	キャベツ じゃがいも コーン たまねぎ マッシュルーム	パン パスタ さとう	あぶら オリーブオイル	854 31.6 29.8
5	木	☆生品中学校のリクエスト献立☆ ごはん	牛乳 300ml	韓国風焼肉 ぶちぶちサラダ ワンタンスープ	ぶたにく	ぎゅうにゅう かいそう	にんじん にら	たまねぎ もやし ねぎ キャベツ じゃがいも	ごはん さとう ワンタン	ごまあぶら ドレッシング あぶら	850 37.0 26.0
6	金	きなこ揚げパン	牛乳	ABCスープ ごぼうサラダ 味付き小魚	きなこ ベーコン うすらのたまご	ぎゅうにゅう ごぼう	にんじん こまつな	キャベツ たまねぎ コーン ごぼう じゃがいも	パン マカロニ グラニューとう ドレッシング ごま	あぶら ドレッシング ごま	843 29.5 35.1
10	火	栗ごはん (ごはん)	牛乳	(栗ごはんの具) さけの塩焼き 豚汁 まんてん大豆	あぶらあげ さけ みそ ぶたにく とうふ だいず	ぎゅうにゅう	にんじん さやえんどう	こんにゃく ねぎ だいこん ごぼう	ごはん さとう じゃがいも	くり あぶら	783 40.8 19.4
11	水	パックラーメン	牛乳	※太田モロヘイヤ入り揚げ餃子 (3個) 小松菜サラダ みそラーメンスープ ヨーグルト	ぶたにく ツナ みそ	ぎゅうにゅう ヨーグルト	モロヘイヤ こまつな にんじん にら	キャベツ もやし たまねぎ ねぎ	パックラーメン ※コンタミあり ごまあぶら こむぎ さとう	あぶら ごまあぶら ラー油	826 34.2 33.5
12	木	ごはん	牛乳	豚肉のしょうが炒め煮 じゃこ野菜の和え物 なめこ里芋のみそ汁	ぶたにく じゃこ とうふ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	たまねぎ キャベツ ねぎ だいこん なめこ	ごはん さとう さといも かたくりこ ごまあぶら	あぶら ごま ごまあぶら	758 35.6 19.6
13	金	麦ごはん	牛乳	さつまいものカレー ブロッコリーのかりかりサラダ みかん	とり ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん パプリカ ブロッコリー	たまねぎ りんご じゃがいも みかん	むぎごはん ドレッシング じゃがいも	あぶら ドレッシング	869 27.8 19.4
16	月	キムチごはん (ごはん)	牛乳	(キムチごはんの具) ねぎ入り厚焼きたまご 吉野汁 一口ピーチゼリー	ぶたにく たまご とうふ とり	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	はくさい ねぎ	ごはん ゼリー さとう かたくりこ じゃがいも	ごまあぶら あぶら	750 34.3 22.1
17	火	ごはん	牛乳	鶏肉のマリネ コーンサラダ 春雨スープ	とり ベーコン とうふ	ぎゅうにゅう	ピーマン にんじん にら	キャベツ じゃがいも はくさい コーン たまねぎ	ごはん かたくりこ さとう ほうれんそう	あぶら ごまあぶら	851 25.5 29.5
18	水	青切りこめっパン	牛乳	あらびきソーセージ ジャーマンポテト レタスとかにかまのスープ	ソーセージ ベーコン かにかま	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ キャベツ レタス コーン	パン じゃがいも かたくりこ	あぶら バター	813 32.9 33.1
19	木	ごはん	牛乳	さんまのみみじ煮 磯かおり和え のっぺい汁	さんま とり とうふ かまぼこ	ぎゅうにゅう のり	にんじん	だいこん こんにゃく じゃがいも もやし ねぎ	ごはん さとう さといも	ごまあぶら あぶら	764 30.1 23.7
20	金	ツイストロール	牛乳	オータムシチュー 水菜のサラダ オレシジ	ぶたにく	ぎゅうにゅう クリーム	にんじん みずな	たまねぎ ぶなしめじ キャベツ コーン オレシジ	パン さつまいも さとう	あぶら	836 28.4 31.9
23	月	ごはん	牛乳	ハンバーグきのこソースかけ 小松菜の煮びたし たぬき汁	ぶたにく こうやとうふ さつまいも ほうれんそう	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	えのきだけ えりんぎ ぶなしめじ もやし こんにゃく ねぎ	ごはん かたくりこ さとう	あぶら ごまあぶら	773 32.9 24.5
24	火	☆学校給食ぐんまの日献立☆ ごはん	牛乳	ぐんまのしゅうまい (3個) 上州きんぴら 新田の野菜みそ汁	ぶたにく さつまいも とうふ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	ごぼう たまねぎ こんにゃく ねぎ キャベツ ねぎ	ごはん こむぎ さとう	あぶら ごまあぶら	850 28.3 32.3
25	水	黒パン	牛乳	鶏肉のトマトクリーム煮 ツナサラダ りんご	とり ツナ	ぎゅうにゅう クリーム	にんじん トマト	たまねぎ コーン キャベツ じゃがいも りんご	パン マカロニ じゃがいも	ドレッシング	806 31.2 25.2
26	木	ごはん	牛乳	豚肉のジャンジャン焼き 海藻サラダ 彩り団子のスープ	ぶたにく とり さかなのすりみ	ぎゅうにゅう わかめ かいそう	にんじん さやえんどう	たまねぎ えのきだけ キャベツ じゃがいも ねぎ はくさい えのきだけ	ごはん さとう かたくりこ	あぶら ごまあぶら ごま	780 30.3 22.6
27	金	☆あさきりこみ献立☆ ゆめロール	牛乳	しらすりかきあげ 新田の野菜おかか和え おきりこみ	しらす かつおぶし おきりこ ぶたにく ほうれんそう	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ ねぎ ごぼう おきりこみめん ほししいたけ だいこん	パン さとう あさきりこみめん ※コンタミあり	あぶら	840 30.3 33.1
30	月	ごはん	牛乳	肉団子 (2個) さつまいもと里芋の煮物 小松菜のみそ汁	ぶたにく みそ とり あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん さやえんどう こまつな	ぶなしめじ こんにゃく ねぎ だいこん	ごはん さとう さつまいも さといも	あぶら	766 30.0 20.9
31	火	チキンライス (ごはん)	牛乳	(チキンライスの具) オムレツ コンソメスープ チーズ	とり たまご ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん ピーマン	たまねぎ キャベツ	ごはん じゃがいも さとう	あぶら バター	759 29.8 23.5

※めん類では、そばのコンタミネーションがあるかないか、※印で表示しております。

(コンタミネーション: 同じ工場内でアレルゲンを使用していて、混入の可能性があること)

○献立は都合により変更になることがあります。 ○野菜類はすべて加熱してあります。

○給食で使うお米は太田市産米の「あさひの夢」で、牛乳も太田市産です。

○「メイトイン新田」を含む太田市産の野菜は、斜め太字で表示しています。

※太田モロヘイヤ入り揚げ餃子

太田市ではモロヘイヤの栽培が盛んです！そこで今回はモロヘイヤが入った揚げ餃子を10月11日に提供する予定です☆

★made in 新田★

