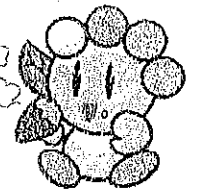


給食なとり



給食センターの周りの稲穂が垂れてきて、秋の訪れを感じる時季になりました。朝・夕も涼しくなり過ごしやすくなってきましたが、昼間はまだまだ暑い日が続いています。朝、昼、夕の食事をしっかり食べて、体調を整えましょう！



10月24日は学校給食ぐんまの日



群馬県は、豊かな水源と全国トップクラスの日照時間に支えられ、年間を通して新鮮でおいしい「食材」が生産されています。このような群馬の食料を学校給食に使うことで、みなさんが地域の豊かな自然や生産・流通等に携わる人々への理解を深められるように制定されたのが「学校給食ぐんまの日」です。新田学校給食センターでは豚肉は県内産を使用し、新田地区の季節の野菜を取り入れています。お米・牛乳は一年を通して太田市産です。24日は群馬県産の食料を多く使った献立、21日は群馬の郷土料理の「おっきりこみ」を出す予定です。

みなさんが給食を通して、自分たちの住んでいる地域に関心を持ち、そのすばらしさを再発見してもらえるよう願っています。

ごはん

太田市でとれた「あさひの夢」というお米です。

新田の野菜みそ汁

新田産のキャベツ、なす、小松菜、長ねぎと群馬県産のまいたけ、豆腐が入った具だくさんのみそ汁です。

牛乳

太田市産です

☆10月24日はぐんま産がたくさん☆

ぐんまのねぎこんコロケ

群馬県産の豚肉と長ねぎ、系こんにゃくを使ったコロケです。

しらたきのチャプチェ

群馬県産の豚肉やしらたきを使ったピリ辛の炒めものです。

ぐんま ぎょうどりょうり 群馬の郷土料理

「おっきりこみ」

「おっきりこみ」は、幅広のうどんと季節の野菜を煮込んだぐんまの郷土料理です。めんを打つときに塩を入れないこと、下ゆでしないことなど忙しい農家が手早くつくれる家庭料理で、群馬県の絹産業を支えた料理とされています。給食センターでは21日にします！



☆お楽しみに☆



給食センターから

今月から給食センターの紹介コラムを連載します。給食センターのいろいろなことを載せる予定です！

初回は、野菜の洗い方についてです。毎回、給食ではたくさんの野菜を使います。野菜は皮をむき、芯をとってから3つのシンクで3回洗い、切ります。キャベツは葉を一枚ずつ、ばらばらにします。にんじんはヘタと皮をむきます。じゃがいもは皮をむき、身をとります。それから3回洗います。きれいに洗って、みなさんの食べやすい大きさに切っています。





学校給食予定献立表



令和4年10月中学校

太田市立新田学校給食センター

日	曜	こんだてめい			おもなざいりょうめい						エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g)
		しゅしよく	のみもの	おかず	からたのそしきをつくる(あか)		からたのちようしきをとのえる(みどり)		かつやらのもとになる(しろ)		
					1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん	
3	月	栗ごはん	牛乳	(栗ごはんの具) さばの照り焼き 吉野汁 一口洋なしゼリー	あぶらあげ さば とりにく とうふ	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん さやえんどう ほうれんそう	はくさい なげねぎ しめじ	ごはん さとう じゃがいも でんふん セリー	くり あぶら ごま	862 33.1 30.7
4	火	(ビビンバ) ごはん	牛乳	ビビンバそぼろ ビビンバナムル 春雨スープ キャンディーチーズ(2こ)	ぶたひきにく とりにく とうふ	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん こまつな	ちやし きゅうり はくさい なげねぎ	ごはん さとう はるさめ でんふん	あぶら ごまあぶら ごま	797 34.7 30.6
5	水	☆本校小中学校のリクエスト献立 ココアあげパン	牛乳	ABCスープ プチプチサラダ 味つき小魚	うずらたまご ベーコン	ぎゅうにゅう かいそう こざかな	にんじん	きやべつ たまねぎ きゅうり	パン さとう じゃがいも マカロニ	あぶら ドレッシング	768 28.3 28.2
6	木	☆本校小中学校のリクエスト献立 ごはん	牛乳	照り焼きチキン こまつなとツナのごまあえ 豆腐のみそ汁 たいやきアイス	とりにく みそ ツナ とうふ こやうとうふ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	きやべつ きゅうり なげねぎ だいこん	ごはん さとう じゃがいも たいやきアイス	ずりごま ごま	852 38.8 29.6
7	金	ミルクパン	牛乳	大豆のミートソーススパゲティ ツナサラダ りんご	ぶたひきにく だいず ツナ	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン	たまねぎ きやべつ きゅうり コーン マッシュルーム りんご	パン さとう スパゲティ さとう	あぶら	806 32.6 27.0
11	火	ごはん	牛乳	さんまのもみじ煮 筑前煮 だいいんのみそ汁	さんま とうふ とりにく みそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん	こぼろ だいのこ だいいん なげねぎ しいたけ こんにゃく	ごはん さといも さとう	あぶら	789 33.0 25.8
12	水	しよくパン (いちごジャム)	牛乳	オムレツ カラフルサラダ ミネストローネ	たまご ベーコン いんげんまめ	ぎゅうにゅう	にんじん カラフルピーマン トマト	きやべつ きゅうり コーン たまねぎ セロリ	パン さとう じゃがいも マカロニ ジャム	あぶら オリーブオイル	745 28.9 27.6
13	木	新田のレタス チャーハン	牛乳	(新田のレタスチャーハンの具) えびシューマイ(2こ) わかめスープ ぶどうゼリー	たまご ハム えび さかなすりみ うずらたまご	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん チンゲンサイ	なげねぎ レタス たまねぎ	ごはん こむぎ ゼリー	あぶら ごまあぶら ごま	763 29.0 25.5
14	金	麦ごはん	牛乳	さつまいものカレー はくさいとチキンのサラダ オレンジ	とりにく ささみ	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ りんご はくさい きゅうり オレンジ	おきごはん さとう さつまいも じゃがいも	あぶら ごまあぶら	878 29.8 21.7
17	月	ごはん (ぶたどん)	牛乳	ぶた丼の具 塩こんぶあえ いなか汁	ぶたにく なまあげ みそ	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじん こまつな	たまねぎ なげねぎ だいいん こぼろ きゅうり きやべつ しらす	ごはん さとう じゃがいも	あぶら	734 32.3 18.9
18	火	ごはん	牛乳	なす入りマーボー豆腐 ギョーザ(2こ) わかめサラダ	とうふ ぶたひきにく みそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん にら	なす なげねぎ コーン たまねぎ きやべつ きゅうり ほししいたけ	ごはん さとう こむぎ でんふん	あぶら ごまあぶら	792 31.8 25.8
19	水	ツイストロールパン	牛乳	オータムシチュー きやべつのソテー みかん	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう クリーム	にんじん にら	たまねぎ しめじ きやべつ もやし みかん	パン さつまいも でんふん	あぶら	842 30.5 34.9
20	木	ごはん (おかかふりかけ)	牛乳	さわらの塩こうじ焼き きりぼしだいこんカレー煮 かきたま汁	さわら ちくわ さつまあげ たまご とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	きりぼしだいこん たまねぎ こんにゃく ほししいたけ	ごはん さとう でんふん	あぶら	740 35.1 19.2
21	金	※あつきりこみ献立 ゆめロール	牛乳	くんまちゃん厚焼きたまご きゅうりのおかかあえ おつきりこみ	たまご かつおぶし ぶたにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	きゅうり なげねぎ だいいん こぼろ ほししいたけ	パン さとう おつきりこみ (※コンタミあり)	あぶら	801 33.1 26.2
24	月	※学校給食ぐん産の日献立 ごはん	牛乳	群馬のねぎこんロquette(ソース) しらたきのチャプチェ 新田のやさしいみそ汁	ぶたにく あぶらあげ とうふ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン こまつな	なげねぎ なす たまねぎ きやべつ まいたけ ほししいたけ しらす	ごはん さとう パン じゃがいも	あぶら ごまあぶら	827 32.8 26.7
25	火	わかめごはん	牛乳	アジのスタミナ焼き からみごまあえ とん汁	アジ とうふ ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	きやべつ きゅうり なげねぎ だいいん こぼろ こんにゃく	ごはん さとう じゃがいも	ずりごま ごまあぶら あぶら ラー油	732 37.0 18.3
26	水	せわれコッペパン	牛乳	焼きそば 焼きウィンナー チーズサラダ	ぶたにく ウィンナー	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん ピーマン	きやべつ もやし きゅうり	パン さとう ちゅうかめん (※コンタミあり)	あぶら	797 33.4 33.3
27	木	ごはん	牛乳	ハヤシライス 海そうらサラダ コンソメスープ	ぎゅうにく だいず ベーコン	ぎゅうにゅう わかめ かいそう	にんじん パセリ ほうれんそう	たまねぎ きやべつ きゅうり マッシュルーム	ごはん さとう でんふん じゃがいも	あぶら ドレッシング	755 29.7 20.4
31	月	ごはん	牛乳	チキンマリネ 煮びたし わかめのみそ汁	とりにく みそ ベーコン とうふ あぶらあげ	ぎゅうにゅう わかめ	ピーマン にんじん	たまねぎ もやし だいいん なげねぎ	ごはん さとう でんふん	あぶら ごまあぶら	826 30.2 29.5

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

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

830

34

23

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

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

○13日のぶどうゼリーは、9月12日のポーグシューマイの代替えです。

○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の「あさひの夢」で、牛乳も太田市産です。

○「メイドイン新田」を含む太田市産の野菜は、**新田**で表示しています。

メイドイン 新田

10月の

★made in 新田★

