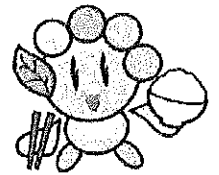


給食だよ



秋が深まり、木の葉が色づき始めました。実りの秋を迎えます。

今月は、23日に「勤労感謝の日」があります。たくさんの収穫とそのために働く人々の労働に、感謝の気持ちを忘れないようにしましょう。

「あいさつ」を伝えよう

毎日の食事が食べられるのは、いろいろな人々の努力や苦勞のおかげです。あいさつや食べ方でお礼の気持ちを伝えましょう。

「いただきます」のあいさつをしよう

「いただきます」には、食べものとなった動植物の命をいただくことへの感謝の気持ちが表されています。



よく味わって、残さずに食べよう

好き嫌いしないでおいしくいただくことは、作ってくれた人や食べものへ感謝の気持ちを伝える大切な方法です。



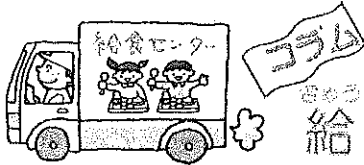
「ご馳走さま」のあいさつをしよう

「ごちそうさま」は、食事ができるように駆け回って（馳走）くださったさまざまな人の苦勞をねぎらうあいさつです。



11月29日は「ぐんま・すき焼きの日」

11月29日は「いいにくの日」にちなみ「ぐんま・すき焼きの日」です。すき焼きは、全ての材料が群馬県内でまかなえるため、「ぐんまのおもてなし料理」とされています。給食も11月29日は、群馬の食べ物をたくさん使ったすき焼きメニューです。



給食センターから

今回は、肉の確認について紹介します。給食センターでは、とてもたくさん量の肉を使います。肉屋さんから届いた肉は、まず、注文した量が間違いなく届いているか確認します。それから、温度が高くなっていないか、専用の照射式温度計で温度を測ります。更に、匂いに異常はないか、異物が混ざっていないか、手袋をはめて丁寧に肉をほぐしながら確認をします。

【肉担当の調理員さんよりひとこと】 寒い冬は、冷たい肉をほぐしている指先がこごえます。でも安全な給食のために、頑張っています！！



学校給食予定献立表

令和4年11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	2群	3群	4群	5群	6群	
					魚・肉・卵 豆・豆腐	牛乳・乳製品 小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 きのこ・果物	米・パン・めん 芋類・豆類	油脂類	
1	火	わかめごはん	牛乳	鮭の塩焼き 肉じゃが 小松菜のみそ汁	さけ あぶらあげ ぶたにく とうふ みそ	わかめ ぎゅうにゅう さやいんげん	にんじん ごまつな	たまねぎ ほししいたけ しらたき ながねぎ だいこん	ごはん じゃがいも さとう	あぶら	728 36.5 16.9
2	水	きな粉あげパン	牛乳	コーンサラダ ABCスープ 角チーズ	きなこ うすらのたまご ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん パプリカ	キャベツ きゅうり コーン はくさい たまねぎ	パン マカロニ さとう じゃがいも	あぶら	792 29 34.6
4	金	はちみつパン	牛乳	きのこのクリームシチュー カラフルサラダ オレンジ	とりにく ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん ほうれんどう パプリカ	たまねぎ コーン オレンジ エリンギ まいたけ キャベツ きゅうり	パン じゃがいも	あぶら	747 29.2 28.2	
☆給食中学校のリクエスト献立☆											
7	月	ごはん	牛乳	豚肉のキムチ炒め 海藻サラダ ワンタンスープ 洋ナシのコンポート	ぶたにく みそ とりにく	ぎゅうにゅう わかめ かいそう	にんじん にら こねぎ	ながねぎ だいのこ はくさい ようナシ キャベツ きゅうり コーン たまねぎ もやし	ごはん さとう ワンタン	あぶら ごま ごまあぶら ドレッシング	805 35.2 23.4
8	火	ごはん	牛乳	かに玉甘酢あんかけ 春雨の炒め物 彩り団子のスープ	たまご みそ かに 春雨の炒め物 ぶたにく	ぎゅうにゅう ちんげんさい	にんじん ちんげんさい	ながねぎ だいのこ ほししいたけ えのき たまねぎ キャベツ	ごはん さとう はるめ かたくりこ	ごまあぶら あぶら	734 22.4 18.7
9	水	ココアパン	牛乳	チキンカツ・ソース シーザーサラダ ミネストローネ	とりにく ベーコン いんげんまめ	ぎゅうにゅう	パプリカ ブロッコリー にんじん トマト	キャベツ たまねぎ コーン セロリ	パン クルン パン ロッシュ オリブオイル	あぶら ドレッシング 33 37.7	
10	木	ごはん 味付けのり	牛乳	いわしの梅煮 鶏肉と大根の煮物 キャベツのみそ汁	いわし みそ とりにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう のり	にんじん	えだまめ ぶなしめじ ほししいたけ たまねぎ キャベツ えのき だいこん	ごはん さとう じゃがいも	あぶら	769 34.7 21.3
11	金	ミルクパン (小さめ)	牛乳	にら焼きそば ショウロンポー (2個) 大根と鶏ささみの梅サラダ	ぶたにく とりにく かつおぶし	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん にら	キャベツ もやし だいこん きゅうり	パン ちゅうかめん (※コンタミあり)	あぶら	755 34.7 21.6
14	月	ごはん	牛乳	韓国風焼肉 野菜ナムル レタススープ	ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん ごまつな	たまねぎ ながねぎ もやし きゅうり レタス コーン	ごはん さとう かたくりこ	ごまあぶら ごま	750 29.8 21.1
15	火	ごはん	牛乳	さばの味噌煮 新田野菜のツナ和え 豚汁	さば ツナ ぶたにく とうふ みそ	ぎゅうにゅう	ごまつな にんじん	キャベツ きゅうり コーン こんにゃく ながねぎ だいこん ごぼう	ごはん さとう じゃがいも	あぶら	817 37.1 28.8
16	水	夢ロール	牛乳	揚げモロヘイヤ入り餃子 (3個) お魚サラダ 煮込みうどん	ぶたにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう ごま油 わかめ	モロヘイヤ にんじん ほうれんどう	キャベツ きゅうり ながねぎ だいこん ごぼう ほししいたけ	パン うどん こむぎこ さとう	あぶら 33 31.9	
17	木	ごはん (おかかふりかけ)	牛乳	上州厚焼きたまご 切り干し大根のそぼろ煮 新田の野菜のみそ汁	たまご とうふ ぶたにく みそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん ごまつな かぶのは	きりほしだいこん ほししいたけ かぶ ながねぎ	ごはん さとう	あぶら	760 31.8 22
18	金	麦ごはん	牛乳	ポークカレー ぶちぶちサラダ みかん	ぶたにく ぶたにく なると	ぎゅうにゅう かいそう	にんじん	たまねぎ りんご キャベツ きゅうり みかん	むぎごはん じゃがいも ドレッシング	あぶら	792 24.8 19.5
21	月	ごはん	牛乳	麻婆豆腐 上州しゅうまい (2個) 小松菜のおかか和え	ぶたにく とうふ みそ かつおぶし	ぎゅうにゅう	にんじん にら ごまつな	たまねぎ ながねぎ ほししいたけ えのき きゅうり	ごはん さとう ねこめ かたくりこ ごま	あぶら ごまあぶら 26.7	
22	火	ごはん	牛乳	ハンバーグきのこソースかけ パテトサラダ コンソメスープ	ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん ほうれんどう	えのき ぶなしめじ マッシュルーム きゅうり たまねぎ キャベツ	ごはん さとう じゃがいも かたくりこ	バター マヨネーズ あぶら	834 27.2 32.4
24	木	ひじきごはん	牛乳	(ひじきごはんの具) 肉団子 (2個) 白菜みそ汁 ヨーグルト	とりにく とうふ あぶらあげ みそ だいす ぶたにく	ぎゅうにゅう ひじき ヨーグルト	にんじん	えだまめ はくさい ながねぎ ほししいたけ たまねぎ	ごはん さとう	あぶら	764 34.8 21.8
25	金	パンズパン	牛乳	煮卵 きゅうりの塩昆布あえ 煮込みしょうゆラーメン	たまご ぶたにく なると	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじん ちんげんさい	きゅうり ながねぎ キャベツ もやし	パン さとう ちゅうかめん (※コンタミあり)	あぶら	807 34.5 27.8
28	月	ごはん (野菜ふりかけ)	牛乳	白身魚の南蛮漬け ほうれん草の胡麻和え みそけんちん汁	しろみさかな とうふ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんどう	ながねぎ こんにゃく キャベツ だいこん ごぼう ほししいたけ	ごはん さとう さといも	あぶら ごまあぶら すりごま	760 29.8 21.2
29	火	ごはん	牛乳	すき焼き風煮 たまご巻き 新田野菜の和風サラダ	たまご ツア やきとうふ ぶたにく	ぎゅうにゅう	ごまつな にんじん	キャベツ きゅうり ながねぎ しらたき はくさい えのき	ごはん さとう あぶら	ごま ドレッシング 26.8	
30	水	黒パン	牛乳	鶏肉のトマトクリーム煮 カラフルソテー りんご	とりにく ソーセージ	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん ごまつな	たまねぎ トマト コーン えだまめ りんご	パン じゃがいも マカロニ	あぶら	744 29.8 22.3

※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ギーを使用していて、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。
- 「メイドイン新田」を含む太田市産の野菜は斜体文字で表示しています。

★毎月19日はいただきますの日(群馬県)★



★made in 新田★



830
34
23