

南部地区学校給食

共同調理場を紹介します



4月の食材料表



2026年4月 柏崎市南部地区学校給食共同調理場

【名前】 南部地区学校給食共同調理場

【場所】 鏡が沖中学校のとなりにあります。

【給食を届ける学校】

- ・枇杷島小学校
- ・半田小学校
- ・新道小学校
- ・鏡が沖中学校
- ・南中学校
- 合計5校

【給食数】 今年度は1090食の給食を作ります。

【職員】 栄養士1名、調理員14名、配送員2名



《主食》

- ・ごはん…週4～5回 柏崎産コシヒカリです。
- ・パン、めん…月1～2回

《牛乳》

- ・成長期に欠かせないカルシウムやたんぱく質が豊富で、ほぼ毎日つきます。



《おかず》

- ・主菜、副菜、汁物を基本に和風、洋風、中華風とバラエティに富んだ献立を心がけています。地場産物や郷土料理を大切にし減塩にも取り組んでいます。

給食時間の約束



		体をつくる(赤)			体の調子を整える(緑)		エネルギー源になる(黄)	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
		豆腐・卵・魚・肉	牛乳・乳製品・小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂	
9	木	ぶた肉、あぶらあげ、みそ、だいず	牛乳、しおこんぶ	ブロッコリー、にんじん、きぬさや	たまねぎ、カリフラワー、きゅうり、キャベツ、たけのこ	米、じゃがいも、乾燥マッシュポテト、こむぎこ、パンこ	油	
10	金	ぶた肉、みそ、とうふ、とうにゅう	牛乳、かんでん	にんじん、ピーマン、チンゲンサイ	たまねぎ、つきこん、しょうが、にんにく、コーン、えのきたけ、りんご、いちご	米、さとう、かたくりこ、こめこパンケーキミックス	油、ごま	
13	月	さげ、みそ、ハム、とり肉、あつあげ	牛乳	こまつな、にんじん	たまねぎ、もやし、コーン、ごぼう、つきこん、ねぎ	米、さとう、じゃがいも	ごま、ノンエッグマヨネーズ	
14	火	とり肉、ぶた肉、みそ	牛乳、のり、わかめ	こまつな、にんじん	しょうが、にんにく、キャベツ、もやし、メンマ、コーン、ねぎ	米、かたくりこ、さとう	油、ごま油	
15	水	ぶた肉、とり肉、とうふ、ウィンナー	牛乳	ブロッコリー、にんじん	たまねぎ、キャベツ、コーン	アップルチップパン、パンこ、さとう、じゃがいも、マカロニ	油	
16	木	ぶた肉、とり肉	牛乳、チーズ、スキムミルク、海藻、荳わかめ	にんじん	にんにく、しょうが、たまねぎ、もやし、きゅうり	米、むぎ、じゃがいも、いちごゼリー	油、カレールウ	
17	金	ぶた肉、たまご、だいず、とり肉、とうふ	牛乳、あおのり	にんじん、さやいんげん	ねぎ、しょうが、キャベツ、たまねぎ	米、じゃがいも、かたくりこ、はるさめ	ごま油、油	
20	月	ぶた肉、みそ、ベーコン、とうふ	牛乳、わかめ、ヨーグルト	こまつな、にんじん	しょうが、にんにく、きりぼしだいこん、たけのこ、もやし、たまねぎ、えのきたけ	米、さとう	ごま油、ごま	
21	火	さわら、だいず、あつあげ、みそ	牛乳、チーズ	にんじん	ねぎ、しょうが、きゅうり、キャベツ、コーン、だいこん、ごぼう、つきこん	米、かたくりこ、さとう、じゃがいも	油、ごま油、ごま	
22	水	ツナ、たまご、ぶた肉	牛乳、ひじき	にんじん	たまねぎ、きゅうり、キャベツ、たくあん、しらたき	米、さとう、じゃがいも	油、ごま油、ごま	
23	木	いか、ハム、かつおぶし、ぶた肉、とうふ、みそ、だいず	牛乳、あおのり	こまつな、にんじん	しょうが、キャベツ、だいこん、ごぼう、つきこん、ねぎ	米、かたくりこ、じゃがいも	油、ノンエッグマヨネーズ	
24	金	ぶた肉、あつあげ、みそ、たまご	牛乳、もずく	にんじん、ほうれんそう	にんにく、しょうが、たまねぎ、しいたけ、えだまめ、もやし、えのきたけ、みかん、黄桃、りんご、レモン汁	米、さとう、かたくりこ、あんにんどうふ	油、ごま油	
27	月	ウィンナー、ハム、ベーコン、とり肉、白いんげん豆、とうにゅう	牛乳	あかパプリカ、こまつな、にんじん	たまねぎ、コーン、えだまめ、もやし	米、さとう、じゃがいも	油、オリーブ油、ホワイトルウ	
28	火	さば、ハム、ぶた肉	牛乳	にんじん	しょうが、キャベツ、きゅうり、コーン、きりぼしだいこん、たけのこ、ごぼう、えのきたけ、しらたき	米、さとう、じゃがいも	ノンエッグマヨネーズ	
30	木	とり肉、ぶた肉、みそ、とうふ、だいず	牛乳、ちりめん	にんじん	ねぎ、しょうが、キャベツ、きゅうり、たまねぎ、えのきたけ	米、さとう、パンこ、かたくりこ、じゃがいも	ごま、ごま油	