







日	献立名	アレルギー	使 わ れ て い る 食 品 と お も な 働 き				エネルギー (Kcal) たん白質(g)	備考
			体を作る食品(赤色)	体の調子を 整える食品(緑色)	エネルギーの もとになる食品(黄色)	調味料		
8 金	ごはん				米		603	お正月料理 にちなんだ 献立です。
	わかめふりかけ					ふりかけ		
	牛乳	乳	牛乳					
	あじのこうじやき		あじ			しおこうじ		
12 火	だいずのいそに	大豆 小麦	だいず ひじき 油あげ	にんじん こんにやく さやいんげん	さとう 油	みりん しょうゆ わふうだしのもと	25.5	
	しらたまごうに	小麦 大豆 さば	かまぼこ	にんじん ほししいたけ だいこん はくさい こまつな	しらたまだんご さといも	しょうゆ かつおのもと さばうすけずり		
	ごはん	乳	牛乳		米			
	ポークしゅうまい	豚 小麦	ぶたにく	たまねぎ しょうが	パンこ でんぶん さとう こむぎこ	塩		
13 水	そくせきづけ	大豆		キャベツ きゅうり たくあんづけ しょうが			21.8	
	マーボーはるさめ	豚 ごま 小麦 大豆 鶏	ぶたにく	たまねぎ にんじん たけのこ チンゲンさい ほししいたけ はねぎ しょうが	はるさめ ごま油 油 さとう でんぶん	しょうゆ オイスターソース ちゅうかスープのもと 塩 トウバンジャン		
	ソフトめん	小麦			めん			
	牛乳	乳	牛乳					
14 木	ミートソース	豚 小麦 大豆 乳 鶏	ぶたにく	たまねぎ にんじん トマト にんにく	油	トマトケチャップ ハヤシルウ ベジメルトソース スープストック ワイン こしょう ちゅうのうソース	664	静岡県から 無償提供し ていただいた 「メロン」で す。 
	コーンフライ	小麦 大豆		とうもろこし	こむぎこ パンこ 油 さとう	塩		
	メロン			メロン				
	はんかんごはん	乳	牛乳		米			
15 金	なまりぶしカレー	豚 りんご 小麦 乳 大豆 鶏	ぶたにく なまりぶし チーズ	にんじん たまねぎ セロリー しょうが にんにく りんご	油 じゃがいも	こしょう ちゅうのうソース カレーフレーク チャツネ スープストック	643	焼津のじま んの食べ物 の「なまり節」 を使ったカ レーです。 
	プレーンオムレツ	卵 大豆	たまご		さとう 油 でんぶん	塩 す		
	はりはりづけ	ごま 小麦 大豆		きりほしだいこん にんじん きゅうり	さとう ごま油	す しょうゆ		
	ごはん	乳	牛乳		米			
18 月	牛乳	乳	牛乳				590	焼津産のご まさばを使 ったメンチ コロッケで す。
	さばじゃが メンチコロッケ	小麦 さば 大豆	さば みそ		じゃがいも パンこ 油 こむぎこ でんぶん	カレーこ 塩 こしょう		
	かふうあえ	小麦 大豆 ごま		ほうれんそう にんじん もやし	はるさめ さとう ごま ごま油	しょうゆ す 塩		
	のっぺいじる	鶏 大豆 さば 小麦	とりにく 油あげ とうふ	だいこん にんじん しろねぎ こんにやく ほししいたけ	でんぶん	かつおのもと しょうゆ さけ 塩 さばうすけずり		
19 火	ミルクパン	小麦 乳	牛乳		パン さとう マーガリン		662	大井川西小 学校のリク エスト献立 です。
	牛乳	乳	牛乳					
	ハンバーグおろしだれ	豚 鶏 小麦 大豆	ぶたにく とりにく	たまねぎ だいこん しょうが	さとう でんぶん	しょうゆ みりん 塩		
	カラフルサラダ (イタリアンドレッシング)			キャベツ きゅうり パプリカ	イタリアンドレッシング			
20 水	コーンポタージュ	乳 小麦 大豆 鶏	牛乳	とうもろこし たまねぎ にんじん パセリ	バター なまクリーム	ベジメルトソース 塩 スープストック こしょう	25.4	
	さくらごはん	小麦 大豆			米	塩 しょうゆ		
	牛乳	乳	牛乳					
	わかどりのからあげ	鶏 小麦 大豆	とりにく		こむぎこ でんぶん さとう 油	しょうゆ 塩		
21 木	やさいのアーモンドあえ	小麦 大豆		こまつな にんじん もやし	アーモンド さとう	しょうゆ	22.5	焼津西小 学校のリク エスト献立 です。
	みそしる	大豆 さば	油あげ とうふ わかめ みそ	だいこん しめじ		にほし さばうすけずり		
	ごはん	乳	牛乳		米			
	くろはんべん のカレーあげ	さば 大豆 小麦	くろはんべん		こむぎこ でんぶん 油	カレーこ		
22 金	やさいソテー	豚 鶏 乳	ウインナー	キャベツ にんじん とうもろこし	バター	塩 こしょう コンソメスープ	19.5	
	ワンタンスープ	卵 大豆 小麦 豚 ごま 鶏	ぶたにく たまご みそ	たまねぎ にんじん チンゲンさい しょうが	こむぎこ でんぶん 油 ごま油	しょうゆ 塩 チキンブイヨン ちゅうかスープのもと さけ		
	せわりパン	小麦 乳			パン			
	メープルジャム	乳	牛乳		ジャム			
21 木	にくだんごの トマトソースがけ	豚 鶏 小麦	ぶたにく とりにく	たまねぎ	パンこ でんぶん さとう	トマトケチャップ ワイン ちゅうのうソース 塩	611	背割りパンに メープルジャ ムをはさん で食べましょ う。
	マカロニサラダ (マヨネーズ)	小麦 マヨ(卵 りんご 大豆)		キャベツ きゅうり にんじん	マカロニ マヨネーズ	塩 こしょう		
	とりにくやさいのスープ	鶏 小麦 大豆	とりにく なた	たまねぎ にんじん だいこん パセリ		スープストック 塩 こしょう しょうゆ		
	ごはん	乳	牛乳		米			
22 金	牛乳	乳	牛乳				619	みそ味のど りだんご汁 です。
	さばのてりに	さば 大豆 小麦	さば かつおぶし	レモン	さとう みずあめ でんぶん	しょうゆ みりん		
	ゆかりあえ			キャベツ きゅうり		ゆかりこ 塩		
	とりだんごじる	豚 鶏 小麦 大豆 さば	ぶたにく とりにく とうふ みそ	たまねぎ ごぼう にんじん えのきたけ はねぎ	パンこ でんぶん さとう	塩 にほし さばうすけずり		

○焼津市では、下記の食品を『アレルギー物質』欄に記載します。

卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに あわび いか いくら オレンジ キウイフルーツ 牛肉 くるみ さけ さば 大豆
鶏肉 豚肉 まつたけ もも やまいも りんご ゼラチン バナナ カシューナッツ ごま

○物資の購入の都合により献立や使用材料を変更することがあります。


★『』のマークは、魚介類を使ったメニューです。

★『』のマークは、どんぶりが付くメニューです。

日	献立名	アレルギー	使われている食品とおもな働き				エネルギー (kcal) たん白質(g)	備考	
			体を作る食品(赤色)	体の調子を 整える食品(緑色)	エネルギーの もとになる食品(黄色)	調味料			
25月	ごはん				米		585	やいちゃんランチです。	
	牛乳	乳	牛乳						
	やいづおでん	小麦 大豆 さば	牛乳 ちくわ など こんふ あげボール ころはんべん	だいこん こんにやく	じゃがいも	しょうゆ みりん さけ かつおのもと 塩			
	あつやきたまご	卵 さけ 大豆 小麦 さば	たまご		さとう でんぶん 油	しょうゆ す 塩			25.0
26火	ごまあえ	ごま 小麦 大豆		キャベツ こまつな にんじん	さとう ごま	しょうゆ	593	焼津産のトマトをスープに入れました。	
	スタミナパン	小麦 乳 卵 大豆 ゼラチン リンゴ	たまご		パン さとう マーガリン				
	牛乳	乳	牛乳						
	チキンカツ	鶏 豚 小麦 大豆	とりにく		さとう パンこ こむぎこ こめこ でんぶん 油	塩 しょうゆ			23.2
27水	キャベツサラダ	小麦 大豆		キャベツ こまつな にんじん	さとう 油	しょうゆ 塩 す	588	東益津中学校のリクエスト献立です。	
	ごはん				米				
	牛乳	乳	牛乳						
	ちくわのいそべあげ	小麦	ちくわ あおのり		こむぎこ でんぶん 油				
28木	おひたし	小麦 大豆	かつおぶし	もやし ほうれんそう にんじん	さとう	しょうゆ	24.7		
	とんじる	豚 大豆 さば	ぶたにく とうふ みそ	こんにやく たまねぎ にんじん だいこん しろねぎ		にほし さばうすけずり			
	ごはん				米				
	牛乳	乳	牛乳						
29金	ふたキムチ	豚 リンゴ 小麦 大豆 さば ごま	ぶたにく	はくさいキムチ はくさい にら	ごま油	しょうゆ トウバンジャン	583		
	くきわかめサラダ (ナムドレッシング)	ドレ(ごま 大豆 鶏 豚 小麦)	くきわかめ	キャベツ きゅうり にんじん	ナムドレッシング	チキンブイヨン しょうゆ 塩 こしょう オイスターソース ちゅうかスープのもと さけ			22.9
	ちゅうかスープ	豚 卵 鶏 小麦 大豆 ごま	ベーコン うずらたまご なると	にんじん たまねぎ チンゲンさい					
	マーガリンパン	小麦 乳			パン さとう マーガリン				
29金	牛乳	乳	牛乳				698	国産のなしを使っています。	
	かぼちゃグラタン	乳 小麦 大豆	牛乳 チーズ	かぼちゃ たまねぎ	マカロニ さとう	ベジタブルソース 塩			
	ごぼうサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 ドレ(ごま 小麦 大豆)		ごぼう きゅうり にんじん えだまめ	さとう ごまドレッシング	しょうゆ みりん			
	ラビオリスープ	豚 小麦 鶏 大豆	ベーコン とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん キャベツ どうもろこし	こむぎこ パンこ さとう	塩 チキンブイヨン こしょう コンソメスープ			21.7
なしゼリー			なし	さとう					

1月の行事 と食べ物

新年の始まりとなる1月には、この1年を無事に過ごせるように、家族の健康や幸せを願って食べられる、さまざまな行事食があります。

<p>1日~正月</p> <p>おせち料理 ・お雑煮</p>  <p>地域や家庭内、地域によりますが、正月には縁起の良いものを食べます。</p>	<p>7日 人日の節句</p> <p>七草がゆ</p>  <p>7種類の若菜を入れたおかゆを食べ、無病息災を願います。</p>
<p>11日 鏡開き</p> <p>お汁粉</p>   <p>お正月に、お餅を砕いて、お汁粉に混ぜて食べます。</p>	<p>15日 小正月</p> <p>あずきがゆ</p>  <p>あずきを煮て、お粥に混ぜて食べます。</p>

学校給食センターと一緒に働きませんか?
~調理員・配膳員(パートタイム)募集~

*お問合せ先 学校給食課 担当:飯塚
*電話番号 054-624-6660
*お問合せ時間 8:00~16:45(土日祝日は除く)

詳細はお問合せください。

