















令和元年11月 学校給食献立表 南棟1


焼津市学校給食センター (624-6660)


日	献立名	アレルギー	使われてい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				
1 金	はんかごはん 牛乳	乳	牛乳		米		629			
	チキンカレー	鶏 乳 りんご 小麦 豚 大豆	とりにく チーズ	にんじん たまねぎ にんにく しょうが	じゃがいも 油	ちゅうのうソース こしょう チャツネ カレーフレーク スープストック				
	ツナオムレツ 	卵	たまご まぐろ	たまねぎ	さとう でんぶん 油	す 塩 こしょう			22.2	
	かいそうサラダ (あおじそドレッシング)	ドレ(小麦 大豆 りんご 豚)	かいそう	キャベツ きゅうり		あおじそドレッシング				
5 火	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		599	カルシウム や鉄分が たっぷり含ま れるひじきが 入ったしゅう まいです。		
	なまあげのちゅうかに	大豆 豚 小麦 鶏 ごま	なまあげ ぶたにく	にんじん はくさい たけのこ にんにく さやいんげん とうもろこし ほししいたけ	さとう 油 でんぶん	しょうゆ オイスターソース こしょう ちゅうかスープのもと				
	ひじきしゅうまい	豚 鶏 大豆 小麦	ぶたにく ひじき とりにく	たまねぎ キャベツ しいたけ しょうが	でんぶん さとう こむぎこ	しょうゆ 塩			22.1	
	はりはりづけ	ごま 小麦 大豆		きりぼしだいこん にんじん きゅうり	ごま油 さとう	す しょうゆ				
6 水	せわりパン メープル&マーガリン 牛乳	小麦 乳 大豆 乳 大豆			パン メープルシロップ マーガリン		650			
	チキンのオープンやき	鶏 小麦 大豆 乳	とりにく チーズ		パンこ さとう 油	しょうゆ 塩				
	やさいソテー	豚 鶏	ベーコン	キャベツ にんじん ほうれんそう	油	こしょう コンソメスープ 塩			26.4	
	コーンポタージュ	乳 小麦 大豆 鶏	牛乳	とうもろこし にんじん たまねぎ パセリ	生クリーム バター	ペンチャメルソース 塩 スープストック こしょう				
7 木	ごはん のりつくだに 牛乳	小麦 大豆 乳	のりつくだに 牛乳		米		581	タンダリーチ キンをアレシ ンジした焼津な らではの料理「 タンダリー ちくわ」です。		
	タンダリーちくわ 	小麦 乳	ちくわ ヨーグルト	にんにく しょうが		カレーこ ちゅうのうソース				
	かふうあえ	ごま 小麦 大豆		ほうれんそう にんじん もやし	はるさめ さとう ごま油 ごま	しょうゆ 酢 塩			24.2	
	とんじる	豚 大豆 さば	ぶたにく とうふ みそ	こんにやく ごぼう にんじん だいこん しろねぎ		にぼし さばうすけずり				
8 金	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		650			
	すきやき	豚 大豆 小麦	ぶたにく やきどうふ	はくさい にんじん しろねぎ えのきたけ こんにやく	さとう	しょうゆ みりん さけ				
	いかナゲット 	いか 豚 大豆 小麦	いか たちうお		油 さとう こむぎこ	塩			25.1	
	こまつなともやしの のりあえ	ごま 小麦 大豆	のり	こまつな もやし にんじん	ごま さとう	しょうゆ す				
11 月	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		620			
	ぶたにくとキムチの いためもの	豚 りんご 小麦 大豆 さば ごま	ぶたにく	はくさいキムチ はくさい いら	ごま油	しょうゆ トウバンジャン				
	さつまいもサラダ (マヨネーズ)	マヨ(卵 大豆 りんご)		キャベツ きゅうり	さつまいも マヨネーズ	塩 こしょう			22.9	
	わかめスープ 	卵 小麦 鶏 大豆 豚 ごま	うずらたまご なた わかめ	たまねぎ にんじん チンゲンさい		チキンブイヨン しょうゆ 塩 こしょう ちゅうかスープのもと オイスターソース				
12 火	アップルパン 牛乳	小麦 乳 大豆 りんご 乳	牛乳	りんご	パン		591			
	にくだんごの あまずあんかけ	小麦 大豆 豚 鶏	ぶたにく とりにく	たまねぎ	さとう でんぶん パンこ	しょうゆ す 塩				
	キャベツと ツナのソテー 	乳 鶏 豚	まぐろ	こまつな キャベツ	バター	塩 こしょう コンソメスープ			25.5	
	ミネストローネスープ	豚 大豆 鶏 小麦	ベーコン だいず	たまねぎ にんじん トマト パセリ	マカロニ	塩 コンソメスープ こしょう				
13 水	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		625	れんこんは、 これから旬を 迎えておいし くなります。		
	さばのこうじやき 	さば	さば			こうじ 塩 みりん				
	れんこんのきんぴら 	豚 大豆 ごま 小麦	ぶたにく さつまあげ	れんこん にんじん こんにやく さやいんげん	さとう ごま 油 ごま油	みりん しょうゆ わふうだしのもと			23.6	
	にらたまじる	大豆 卵 豚 鶏 ごま 小麦	とうふ たまご	にら たまねぎ にんじん	でんぶん	ちゅうかスープのもと 塩 こしょう しょうゆ				
14 木	ミルクパン 牛乳	小麦 乳 大豆 乳	牛乳		パン さとう マーガリン		617	トマトソース が入ったメン チカツです。		
	トマトメンチ	豚 小麦 大豆	ぶたにく	たまねぎ トマト	油 でんぶん さとう こむぎこ パンこ	トマトケチャップ 塩 こしょう				
	キャベツサラダ	小麦 大豆		キャベツ こまつな とうもろこし	さとう 油	しょうゆ す 塩			22.4	
	やさいのスープに	豚 大豆 小麦 鶏	ウインナー	たまねぎ にんじん だいこん パセリ		スープストック しょうゆ 塩 こしょう				
15 金	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		589	だんだん寒く なり、おでん がおいしい 季節です。		
	みそおでん 	さば 大豆 小麦	くろはんべん あげポール こんぶ みそ	にんじん だいこん こんにやく	じゃがいも さとう	しょうゆ わふうだしのもと				
	にたまご	卵 小麦 大豆	たまご		さとう	しょうゆ 塩			23.0	
	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						

○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 パナナ 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		
18月	せわりパン 牛乳 リンクエスト 献立	小麦 乳 大豆			パン		658	小川小学校 のリンクエスト 献立です。
	フランクフルト	豚	フランクフルト		さとう	トマトケチャップ ワイン ちゅうのうソース		
	やさしいサラダ (イタリアンドレッシング)			キャベツ とうもろこし きゅうり にんじん	イタリアンドレッシング			
	はくさいのシチュー	鶏 乳 小麦 大豆	とりにく 牛乳	にんじん はくさい たまねぎ しめじ	じゃがいも 油	ベシャメルソース 塩 こしょう スープストック		
19火	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		579	和食の日に ちなんだ献 立です。だし のきいた「す まし汁」を味 わいませよ う。
	いわしのかばやき	小麦 大豆	いわし		油 さとう でんぶん	しょうゆ みりん		
	あさづけ	大豆 小麦	こんぶ	キャベツ きゅうり にんじん		塩		
	すましじる	大豆 小麦 さば	とうふ ゆば	ほうれんそう にんじん えのきたけ		しょうゆ みりん かつおのもと 塩		
20水	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		641	えびす講に ちなんだ献 立です。
	さんまの かぼすレモンに	小麦 大豆	さんま	かぼす レモン	さとう でんぶん	しょうゆ みりん 塩		
	にしめ	鶏 小麦 大豆	とりにく ちくわ	れんこん にんじん ごぼう こんにゃく ほししいたけ さやいんげん	さとう 油	わふうだしのもと みりん しょうゆ		
	みそしる	大豆 さば	あぶらあげ とうふ わかめ みそ	たまねぎ えのきたけ		にぼし さばうすけずり		
21木	ソフトめん 牛乳	小麦 乳	牛乳		めん		671	今日は、きの この入った ミートソース です。
	きのこいりミートソース	豚 大豆 小麦 鶏 乳	ぶたにく	たまねぎ にんじん エリンギ しめじ トマト にんにく	油	スープストック ワイン こしょう トマトケチャップ ハヤシルウ ベシャメルソース ちゅうのうソース		
	さといもクロquette	小麦 大豆 鶏	とりにく	たまねぎ とうもろこし にんじん	油 さといも さとう パンこ こむぎこ	しょうゆ 塩		
	くきわかめサラダ (ナムルドレッシング)	ドレ(ごま 小麦 大豆 鶏 豚)	くきわかめ	キャベツ きゅうり にんじん	ナムルドレッシング			
22金	はんかんしらすごはん 牛乳	小麦 大豆 乳	しらす 牛乳		米	しょうゆ さけ 塩	659	やいちゃん ランチの日で す。
	くろはんべんの アーモンドあげ	さば 大豆 小麦	くろはんべん		こむぎこ でんぶん アーモンド 油			
	おひたし	小麦 大豆	かつおぶし	ほうれんそう にんじん キャベツ	さとう	しょうゆ		
	さつまじる	鶏 大豆 さば	とりにく とうふ あぶらあげ みそ	だいこん はねぎ	さつまいも	にぼし さばうすけずり		
25月	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		631	今の時季が 旬のたちうお をフライにし ました。
	たちうおフライ(ソース)	小麦	たちうお		油 パンこ こむぎこ	ちゅうのうソース 塩 こしょう		
	はるさめのいためもの	豚 大豆 小麦 鶏 ごま	ぶたにく	にんじん こまつな しろねぎ ほししいたけ しょうが にんにく	はるさめ ごま油	さけ オイスターソース 塩 ちゅうかスープのもと こしょう		
	ワンタンスープ	小麦 大豆 鶏 豚 ごま 卵	ぶたにく たまご	にんじん たまねぎ キャベツ しょうが	こむぎこ でんぶん ごま油	塩 しょうゆ チキンブイオン ちゅうかスープのもと さけ		
26火	こくとうパン 牛乳	小麦 乳 大豆	牛乳		パン こくとう		629	白菜が甘み を増しておい しくなる季節 です。
	とりにくとレバーのマリネ	鶏 大豆 小麦	とりにく とりレバー	たまねぎ レモン	でんぶん 油 さとう	しょうゆ す カレーこ		
	マカロニサラダ (マヨネーズ)	小麦 マヨ(卵 大豆 りんご)		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		
	はくさいスープ	豚 小麦 大豆 鶏	ベーコン	たまねぎ にんじん はくさい こまつな		塩 こしょう しょうゆ コンソメスープ		
27水	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		589	🍎
	ハンバーグの おろしだけかけ	小麦 大豆 鶏 豚	とりにく ぶたにく	だいこん しょうが たまねぎ	さとう でんぶん	しょうゆ みりん 塩		
	ゆかりあえ			キャベツ きゅうり		ゆかりこ 塩		
	けんちんじる	鶏 大豆 ごま さば 小麦	とりにく とうふ	ごぼう にんじん しろねぎ ほししいたけ	さといも ごま油	かつおのもと しょうゆ みりん 塩		
28木	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		630	大富小学校 のリンクエスト 献立です。
	かつおフライ	小麦 大豆	かつお		油 パンこ こむぎこ	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	みりん しょうゆ		
	かきたまじる	卵 さば 小麦 大豆	たまご なたと	たけのこ にんじん たまねぎ ほうれんそう	でんぶん	かつおのもと しょうゆ 塩		
29金	ちゅうかめん 牛乳	小麦 乳	牛乳		めん		611	🍡
	しょうゆラーメンスープ	豚 小麦 大豆 鶏 ごま	ぶたにく わかめ なたと	にんじん チンゲンさい しろねぎ メンマ とうもろこし にんにく しょうが		オイスターソース チキンブイオン しょうゆフーフメンソーン さ ば ちゅうかスープのもと		
	ぎょうざ	豚 鶏 大豆 ごま 小麦	ぶたにく とりにく	キャベツ いら しょうが	油 こむぎこ	しょうゆ みりん 塩 こしょう		
	やさしいアーモンドあえ かたぬきレアチーズ	小麦 大豆 乳	クリームチーズ 牛乳	いちご レモン	アーモンド さとう 生クリーム さとう	しょうゆ 塩		



2013年にユネスコ無形文化遺産に登録された「和食：日本人の伝統的な食文化」は、日本人が基礎とする「自然の尊重」という精神にのっとった食に関する社会的習慣が認められたものです。毎年、一人ひとりが「和食」文化について認識を深め、和食文化の大切さを再認識するきっかけになるように、という願いを込めて制定されました。

