

令和元年11月 学校給食献立表 南棟2


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) <small>たんぱく質</small>	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	ごはん				米		631	今の時季が旬のたちうおをフライにしました。
	牛乳	乳	牛乳					
	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 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 ぼししいたけ 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 しょう		
5 火	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	629	白菜が甘みを増しておいしくなる季節です。
	こくとうパン	小麦 乳 大豆			パン こくとう			
	牛乳	乳	牛乳					
	とりにくとレバーのマリネ	鶏 大豆 小麦	とりにくと 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		
6 水	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 しょう	25.0	白菜が甘みを増しておいしくなる季節です。
	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 しょうゆ しょうゆ コンソメスープ		
	ごはん				米			
	牛乳	乳	牛乳					
7 木	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	650	
	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		
	こまつなともやし 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		
	ソフトめん	小麦			めん			
8 金	牛乳	乳	牛乳				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 しょう トマトケチャップ ハヤシルウ ペシャメルソース ちゅうのうソース		
	さいもコロッケ	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			
9 土	ごはん				米		629	
	牛乳	乳	牛乳					
	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 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 しょう		
10 日	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	22.2	
	アップルパン	小麦 乳 大豆 りんご		りんご	パン			
	牛乳	乳	牛乳					
	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		
11 月	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 しょう コンソメスープ	25.5	
	ツナのソテー							
	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 しょう		
	ごはん				米			
12 火	牛乳	乳	牛乳				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 にら	ごま油	しょうゆ トウパンジャン		
	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 しょう		
	わかめスープ	卵 小麦 鶏 大豆 豚 ごま	うずらたまご なると わかめ	たまねぎ にんじん チンゲンさい		チキンブイオン しょうゆ 塩 しょう ちゅうかスープのもと オイスターソース		
13 水	ミルクパン	小麦 乳 大豆			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。
	牛乳	乳	牛乳					
	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 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		
14 木	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 しょう	22.4	
	ごはん				米			
	のりつくだに	小麦 大豆	のりつくだに					
	牛乳	乳	牛乳					
15 金	タンドリーちくわ	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	581	タンドリーチキンをアレンジした焼津ならではの料理「タンドリーちくわ」です。
	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		
	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		
	ごはん				米			
16 土	牛乳	乳	牛乳				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		
	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 しょうゆ しょうゆ		

○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。

令和元年11月 学校給食献立表 南棟2

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		
18月	ごはん				米		641	えびす講にちなんで献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	さんまのかぼすレモン	小麦 大豆	さんま	かぼす レモン	さとう でんぶ	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	25.2	
19火	せわりパン	小麦 乳 大豆			パン		650	
	メープル&マーガリン	乳 大豆			メープルシロップ マーガリン			
	牛乳	乳	牛乳					
	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	ベシヤメルソース 塩 スープストック こしょう		
20水	ごはん				米		579	和食の日にちなんで献立です。だしのきいた「すまし汁」を味わいましょう。
	牛乳	乳	牛乳					
	いわしのかばやき	小麦 大豆	いわし		油 さとう でんぶ	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	23.8	
21木	ごはん				米		589	
	牛乳	乳	牛乳					
	ハンバーグのおろしだれかけ	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	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	24.5	
22金	ごはん				米		589	だんだん寒くなり、おでんがおいしい季節です。
	牛乳	乳	牛乳					
	みそおでん	さば 大豆 小麦	くろはんぺん あげボール こんぶ みそ	にんじん だいこん こんにゃく	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		
	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			23.0	
25月	せわりパン	小麦 乳 大豆			パン		658	小川小学校のリクエスト献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	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	ベシヤメルソース 塩 こしょう スープストック	26.2	
26火	ごはん				米		589	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。
	牛乳	乳	牛乳					
	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	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 さとう こむぎこ	しょうゆ 塩		
	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	22.1	
27水	はんかんしらすごはん	小麦 大豆	しらす		米	しょうゆ さけ 塩	659	やいちゃんランチの日です。 
	牛乳	乳	牛乳					
	くろはんぺんのアーモンドあげ	さば 大豆 小麦	くろはんぺん		こむぎこ でんぶ 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	25.6	
28木	ちゅうかめん	小麦			めん		611	
	牛乳	乳	牛乳					
	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 なると	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 しょうゆフーメンペーン さ ちゅうかスープのもと		
	ぎょうざ	豚 鶏 大豆 小麦	ぶたにく とりにく	キャベツ たら しょうが	油 こむぎこ	しょうゆ みりん 塩 こしょう		
	やさいのアーモンドあえ	小麦 大豆		こまつな にんじん キャベツ	アーモンド さとう	しょうゆ	24.5	
	かたぬきレアチーズ	乳	クリームチーズ 牛乳	いちご レモン	生クリーム さとう	塩		
29金	ごはん				米		630	大富小学校のリクエスト献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	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		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 なると	たけのこ にんじん たまねぎ ほうれんそう	でんぶ	かつおのもと しょうゆ 塩	24.7	



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。

