



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		
9 木	ごはん				米		619	
	牛乳	乳	牛乳					
	あじのこうじやき		あじ			塩こうじ		
	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		
	にくじゃが	豚 小麦 大豆	ぶたにく	にんじん たまねぎ こんにやく さやいんげん	じゃがいも さとう 油	しょうゆ さけ わふうだしのもと	26.5	
10 金	ごはん				米		582	小川中学校 のリクエスト 献立です。
	わかめふりかけ	リクエスト 献立				ふりかけ		
	牛乳	乳	牛乳					
	こもちししゃもフライ	小麦 大豆	こもちししゃも		パンこ でんぶん こむぎこ 油	塩 こしょう		
	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	22.3	
	ちゅうかスープ	豚 鶏 ごま 大豆 小麦	ぶたにく なんと	にんじん たまねぎ チンゲンさい とうもろこし しろねぎ		チキンブイオン ちゅうかスープのもと さけ 塩 こしょう オイスターソース		
13 月	バーガーパン	小麦 乳 大豆			パン		602	バーガーパ ンにハン バーグやサ ラダをはさん で食べましょ う。
	牛乳	乳	牛乳					
	ハンバーグ	鶏 豚 小麦 牛 大豆	とりにく ぶたにく	たまねぎ しょうが にんにく	さとう	塩 トマトケチャップ ワイン デミグラスソース ちゅうかうソース		
	やさしいサラダ (あおじそドレッシング)	ドレ(小麦 大豆)				あおじそドレッシング		
	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	バター なまクリーム	ペンシェルソース こしょう 塩 スープストック	25.1	
14 火	さくらごはん	小麦 大豆			米	しょうゆ 塩	653	入学・進級お 祝いの献立 です。
	牛乳	乳	牛乳					
	メンチカツ	豚 小麦 大豆	ぶたにく	たまねぎ	さとう でんぶん パンこ こむぎこ 油	塩 こしょう ナツメグ		
	なのはなのおかかあえ	小麦 大豆	かつおぶし	なのはな キャベツ にんじん	さとう	しょうゆ		
	わかたけじる	鶏 大豆 さば 小麦	とりにく とうふ わかめ	たけのこ にんじん えのきたけ		かつおのもと しょうゆ みりん 塩		
	おいおいデザート	大豆	とうにゅう	いちご	さとう みずあめ 油		26.1	
15 水	ナン	小麦 乳 大豆			ナン		613	ナンをキーマ カレーにつけて 食べましょ う。
	牛乳	乳	牛乳					
	キーマカレー	豚 小麦 乳 りんご 大豆 鶏	ぶたにく	たまねぎ にんじん トマト しょうが にんにく	油	ちゅうかうソース こしょう ルーフレグ スープストック チョコ		
	たまごロール	卵 小麦 大豆	たまご		さとう でんぶん 油	かつおだし しょうゆ す 塩		
	やさしいツナのソテー	鶏 豚 乳	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	28.5	
16 木	はんかんすめし				米 さとう	す 塩	622	さわらは春が 旬のお魚で す。
	牛乳	乳	牛乳					
	さわらのさいきょうやき	大豆	さわら みそ		さとう	さけかす 塩		
	ごもくずしのぐ	小麦 大豆	油あげ	れんこん にんじん たけのこ ほししいたけ	さとう	しょうゆ みりん わふうだしのもと		
	すましじる	小麦 大豆 さば	とうふ かまぼこ	ほうれんそう にんじん えのきたけ		しょうゆ みりん 塩 かつおのもと		
	ひなあられ				もち米 さとう でんぶん		26.1	
17 金	ごはん				米		621	
	牛乳	乳	牛乳					
	さばのてりに	さば 小麦 大豆	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		
	だいたいのそに	大豆 小麦	だいたひじき ちくわ	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		
	かきたまじる	小麦 卵 大豆 さば	なんと たまご とうふ	にんじん ほうれんそう たまねぎ	でんぶん	かつおのもと しょうゆ 塩	26.2	
20 月	ミルクパン	小麦 乳 大豆			パン さとう マーガリン		595	和田中学校 のリクエスト 献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	チキンのハーブやき	小麦 大豆 鶏	とりにく		でんぶん さとう 油	塩 しょうゆ マスタード ハーブ こしょう		
	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			
	ポトフ	豚 鶏	ウインナー	たまねぎ にんじん だいこん さやいんげん	じゃがいも	チキンブイオン コンソメスープ 白ワイン 塩 こしょう	27.0	
21 火	ごはん				米		575	ブルコギとは タレに漬け込 んだ肉や野 菜を鉄鍋や 鉄板で焼く韓 国の料理で す。
	牛乳	乳	牛乳					
	ブルコギ	豚 ごま 小麦 大豆 りんご	ぶたにく みそ	しょうが にんにく しろねぎ たまねぎ りんご	ごま油	しょうゆ トウバンジャン		
	ナムル	ごま 小麦 大豆		ほうれんそう にんじん もやし	ごま ごま油	しょうゆ		
	ワンタンスープ	鶏 豚 ごま 小麦 大豆 卵	ぶたにく たまご みそ	にんじん たまねぎ キャベツ しょうが	こむぎこ でんぶん 油 ごま油	ちゅうかスープのもと さけ チキンブイオン 塩 しょうゆ	22.9	
22 水	ごはん				米		696	港小学校の リクエスト 献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	さわらのレモン しょうゆあえ	大豆 小麦	さわら	たまねぎ レモン	油 さとう でんぶん	しょうゆ		
	たけのこサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 ドレ(ごま 小麦 大豆)		たけのこ こまつな にんじん	さとう ごまドレッシング	しょうゆ みりん		
	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		さばうすけずり にぼし	28.0	




○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		
23 木	ちゅうかめん 牛乳	小麦 乳	牛乳		めん		610	東益津小学校の リクエスト 献立です。
	しおラーメンスープ	小麦 大豆 鶏 豚	ぶたにく なたと わかめ	チンゲンさい にんじん もやし しろねぎ マンマ どうもろこし		しおラーメンのもと さけ チキンブイヨン		
	あげぎょうざ	小麦 大豆 鶏 豚	ぶたにく とりにく	キャベツ たまねぎ しょうが	ごむぎこ パンこ さとう でんぷん 油	しょうゆ 塩 こしょう	26.3	
	ほうれんそうのごまあえ	ごま 小麦 大豆		ほうれんそう にんじん キャベツ	ごま さとう	しょうゆ		
24 金	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		663	レバーは、成 長期に不足 しがちな「鉄 分」がたくさ ん含まれて います。
	レバーいりユーリンチー	鶏 大豆 ごま 小麦	とりにく とりレバー	しろねぎ	でんぷん さとう 油 ごま油	いちみどうがらし す しょうゆ		
	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 す 塩		
	わかめスープ	卵 鶏 豚 ごま 小麦 大豆	うずらたまご なたと わかめ	たまねぎ にんじん		ちゅうかスープのもと 塩 チキンブイヨン しょうゆ こしょう オイスターソース		
27 月	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		619	
	かつおのかくに	小麦 大豆	かつお	しょうが	さとう	しょうゆ さけ みりん		
	ひじきサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 ドレ(ごま 小麦 大豆)	ひじき	たけのこ 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		
	とりだんごじる	豚 鶏 小麦 大豆 さば ごま	とうふ ぶたにく とりにく	こまつな こぼろ にんじん しめ じ たまねぎ	ごま油 パン粉 でん粉 さとう	さばうすけずり かつおのもと 塩 しょうゆ さけ みりん		
28 火	はんかんしらすごはん 牛乳	小麦 大豆 乳	しらす 牛乳			しょうゆ さけ 塩	614	やいちゃんラ ンチです。 
	ちくわのいそべあげ	小麦	ちくわ あおのり		ごむぎこ でんぷん 油			
	わふうおおかサラダ (わふうドレッシング)	ドレ(小麦 大豆 鶏 豚)	かつおぶし	だいこん きゅうり にんじん	わふうドレッシング		26.9	
	みだくさんじる	鶏 大豆 さば	とりにく とうふ みそ	ごぼう はねぎ にんじん しめじ こんにゃく		さばうすけずり にぼし		
30 木	メーブルパン 牛乳	小麦 乳 大豆 乳	牛乳		パン メーブルシュガー		640	トマトと卵の スープには、 焼津で作ら れたトマトが 入っています。
	わかどりのてりやき	鶏 大豆	とりにく		さとう みずあめ	しょうゆ みりん す 塩 こしょう		
	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		
	トマトとたまごのスープ	豚 卵 鶏	ベーコン 卵	たまねぎ にんじん トマト パセリ	でんぷん	塩 こしょう コンソメスープ		

給食時間の 過ごし方

学校給食は、準備から後片付けまでを含めた食事に関する活動を通して、さまざまなことを学ぶ時間です。みんなで協力して準備をし、食べる時間をしっかり確保するとともに、楽しい給食時間が過ごせるよう、一人ひとりがマナーを守ることも大切です。

給食の前には、必ず手を洗いましょう

上手な手洗い方法

- 1 手を水でぬらし、せっけんをつけて泡立てる
- 2 手のひら、手のこゝろ、指の間、指先、手首を順に洗う
- 3 水でしっかりと洗い流す
- 4 清潔なハンカチやタオルでふく



今年度も『やいちゃんランチ』を実施します♪



地元の食べ物をより深く知ってもらうために焼津市でたくさんとれたり、昔から作られている食材を「焼津のじまんの食べ物」として積極的に使用しています。

「焼津のじまんの食べ物」11個のうち、3個以上を使った献立を「やいちゃんランチ」として提供します。4月のやいちゃんランチには「しらす」「ちくわ」「かつお節」を使っています。

焼津のじまんの食べ物

