

令和7年4月 学校給食献立表 北棟4



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 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		
9 水	飯缶ごはん	乳	牛乳		米		779	
	牛乳	乳	牛乳					
	ぎょうざ	豚肉 鶏肉 小麦 大豆	ぶたにく とりにく	キャベツ たまねぎ にら しょうが	こむぎこ さとう 油 でんぷん	しょうゆ 塩		
	はりはり漬け	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	31.1	
生揚げの中華煮	大豆 小麦 豚肉 鶏肉 ごま	なまあげ ぶたにく	にんじん たまねぎ チンゲンさい たけのこ さやいんげん にんにく とうもろこし ほししいたけ	さとう 油 でんぷん	しょうゆ オイスターソース こしょう ちゅうかスープ			
10 木	ごはん	乳	牛乳		米		739	やいちゃんランチです。
	牛乳	乳	牛乳					
	黒はんぺんフライ	さば 大豆 小麦	くろはんぺん		こむぎこ パンこ 油			
	金平ごぼう	小麦 大豆 ごま	ちくわ	ごぼう にんじん こんにやく さやいんげん	さとう 油 ごま油	みりん しょうゆ	27.7	
すまし汁	大豆 小麦 さば	とうふ なたと あぶらあげ	ほうれんそう にんじん えのきたけ		かつおのもと しょうゆ みりん 塩			
11 金	マーガリンパン	小麦 乳			パン さとう マーガリン		801	
	牛乳	乳	牛乳					
	チキンナゲット	鶏肉 小麦 豚肉 大豆	とりにく	にんにく	パンこ ラード こむぎこ でんぷん 油	しょうゆ 塩 チキンスープ こしょう		
	ポテトサラダ (マヨネーズ)	マヨ(卵 大豆 りんご)		キャベツ きゅうり にんじん	じゃがいも マヨネーズ	塩 こしょう	24.4	
チンゲン菜のスープ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま		たまねぎ にんじん とうもろこし チンゲンさい		塩 しょうゆ ちゅうかスープ こしょう チンゲンサイ			
14 月	ごはん	乳	牛乳		米		759	さばは焼津のじまんの食べものです。
	牛乳	乳	牛乳					
	さばのカレー焼き	さば 大豆 小麦	さば			しょうゆ カレーこ		
	即席漬け	大豆		キャベツ きゅうり たくあん しょうが			30.0	
いも団子汁	大豆 さば 小麦	あぶらあげ	ごぼう だいこん にんじん ねぶかねぎ	じゃがいもだんご	かつおのもと しょうゆ 酒 塩			
15 火	ごはん	乳	牛乳		米		749	
	牛乳	乳	牛乳					
	ポークしゅうまい	豚肉 小麦	ぶたにく	たまねぎ しょうが	パンこ でんぷん さとう こむぎこ	塩		
	中華サラダ	小麦 大豆 ごま		にんじん もやし ほうれんそう とうもろこし	さとう ごま油	しょうゆ す	29.9	
マーボー春雨	豚肉 ごま 大豆 小麦 鶏肉	ぶたにく	たまねぎ にんじん キャベツ はねぎ たけのこ ほししいたけ しょうが	はるさめ ごま油 油 さとう でんぷん	しょうゆ オイスターソース 塩 ちゅうかスープ トウバンジャン			
アーモンド小魚	アーモンド 小麦 大豆 ごま	いわし		アーモンド さとう ごま	しょうゆ			
16 水	ロールパン	小麦 乳			パン		761	鱈は春を代表する魚です。
	牛乳	乳	牛乳					
	さわらのレモンじょうゆあえ	小麦 大豆	さわら	レモン	でんぷん 油 さとう	しょうゆ		
	和風おかつサラダ		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		32.9	
肉団子と野菜のスープ	鶏肉 豚肉 大豆 小麦 ごま	とりだんご	にんじん チンゲンさい もやし ほししいたけ しょうが	はるさめ でんぷん ごま油	塩 こしょう しょうゆ ちゅうかスープ			
17 木	ごはん	乳	牛乳		米		758	
	牛乳	乳	牛乳					
	さけの塩焼き	さけ	さけ			塩		
	大豆の磯煮	大豆 小麦	だいず 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	40.7	
実だくさん汁	鶏肉 大豆 さば	とりにく とうふ あぶらあげ みそ	ごぼう はねぎ にんじん	じゃがいも	さばけずり にぼし			
18 金	飯缶ごはん	乳	牛乳		米		812	
	牛乳	乳	牛乳					
	チキンカレー	鶏肉 小麦 大豆 乳 豚肉 りんご	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	ちゅうかうソース こしょう カレールウ スープストック チャツネ		
	煮たまご	卵 小麦 大豆	たまご		さとう	しょうゆ 塩 す	30.9	
カラフルサラダ			キャベツ きゅうり パプリカ	イタリアンドレッシング				
21 月	さくらごはん	小麦 大豆			米	しょうゆ 塩	747	入学・進級のお祝い献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	厚焼きたまご	卵 大豆 さば	たまご		さとう 油	す しょうゆ 塩		
	菜の花あえ	小麦 大豆 ごま		なのはな キャベツ とうもろこし	さとう ごま	しょうゆ	29.7	
	若竹汁	大豆 さば	とうふ あぶらあげ わかめ みそ	たけのこ にんじん えのきたけ		にぼし さばけずり		
お祝いデザート	大豆	とうにゅう	いちご	さとう みずあめ				
22 火	背割りパン	小麦 乳			パン		815	春キャベツは、やわらかくて甘いのが特徴です。
	牛乳	乳	牛乳					
	フランクフルト	豚肉	フランクフルト		さとう	ケチャップ ワイン ちゅうかうソース		
	スパゲッティソテー	小麦 鶏肉 豚肉	まぐろ	たまねぎ にんじん エリンギ	スパゲッティ 油	塩 こしょう コンソメ	34.5	
春キャベツのクリーム煮	鶏肉 乳 小麦 大豆	とりにく 牛乳	にんじん キャベツ たまねぎ とうもろこし	油	ベジマールソース 塩 こしょう スープストック			

○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 アーモンド

○物資購入の都合により献立や使用材料が変更となる場合があります。☆丁寧な手洗いの徹底をしましょう。

『🐟』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 水	ごはん				米		773	港小学校の リクエスト献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	メンチカツ	鶏肉 豚肉 小麦 乳 大豆 りんご せうちん 卵	とりにく ぶたにく ぜらチン たまご	たまねぎ	パンこ でんぶん さとう 油 こむぎこ	ちゅうのうソース しょうゆ 塩		
	たけのこサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 ドレ(ごま)		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		
かきたま汁	卵 さば 小麦 大豆	たまご かまぼこ	にんじん たまねぎ はねぎ	でんぶん	かつおのもと しょうゆ 塩	25.8		
24 木	ロールパン	小麦 乳			パン		775	
	牛乳	乳	牛乳					
	てりやきハンバーグ	鶏肉 豚肉 大豆 小麦	とりにく ぶたにく	たまねぎ	でんぶん さとう 油 じゃがいも	ケチャップ 塩 しょうゆ みりん		
	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		
ラビオリスープ	豚肉 小麦 鶏肉 大豆	ベーコン とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん チンゲンさい とうもろこし	こむぎこ パンこ さとう	塩 こしょう コンソメ チキンブイヨン	33.1		
25 金	ごはん				米		765	レバーには 鉄分が多く含 まれています。
	牛乳	乳	牛乳					
	鶏肉とレバーの南蛮漬け	鶏肉 大豆 小麦	とりにく とりレバー	たまねぎ	でんぶん 油 さとう	しょうゆ す		
	ナムル	ごま 小麦 大豆		ほうれんそう もやし にんじん	ごま ごま油	しょうゆ		
中華スープ	豚肉 大豆 鶏肉 小麦 ごま	ベーコン とうふ なた	にんじん キャベツ チンゲンさい		チキンブイヨン しょうゆ 酒 塩 ちゅうかスープ オイスターソース こしょう	33.5		
28 月	黒糖パン	小麦 乳			パン こくとう		772	和田中学校の リクエスト 献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	かつおフライ	小麦	かつお		パンこ こむぎこ 油	塩 こしょう		
	アーモンドあえ	アーモンド 小麦 大豆		ほうれんそう にんじん キャベツ	アーモンド さとう	しょうゆ		
ミネストローネ	小麦 豚肉 大豆 鶏肉	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 こしょう	34.8		
30 水	ごはん				米		760	焼肉丼の具 をごはん に のせて食 べましょ う。
	牛乳	乳	牛乳					
	焼肉丼の具	豚肉 小麦 大豆	ぶたにく なた	こんにゃく たまねぎ ねぶかねぎ	さとう 油	しょうゆ みりん 酒		
	華風あえ	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 ごま油 ごま	しょうゆ す 塩		
ワンタンスープ	小麦 豚肉 大豆 鶏肉 ごま	ぶたにく みそ	たまねぎ にんじん チンゲンさい しょうが	こむぎこ 油 でんぶん さとう	塩 しょうゆ ちゅうかスープ チキンブイヨン	32.9		

学校給食は「食」を学ぶ時間です!

学校給食は単なる食事の時間ではなく、「学校給食法」に基づき実施される教育活動です。栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健全な発達を支えることはもちろん、健康によい食事や食文化、地場産物、食事のマナーなど、さまざまなことを学ぶための時間です。



学校給食の目標のポイント

※「学校給食法」 第二条より 抜粋・要約

- 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。
- 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を育む判断力や望ましい食習慣を養う。
- 明るい社会性と協同の精神を養う。
- 自然の恩恵への理解を深め、生命自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。
- 食生活が多くなるとともに、人々の労働に支えられていることを理解し、感謝する。
- 伝統的な食文化を理解する。
- 食料の生産、流通及び消費について正しく理解する。

焼津市学校給食センター紹介

焼津市内の小学校13校・中学校9校分の給食は、「焼津市学校給食センター」1ヶ所で作っています。衛生面や安全に配慮し、栄養バランスのとれたおいしい給食を提供できるように努めています。1年間よろしくお願いします。



給食では骨のある魚が提供されます。食べるのにひと手間かかるため面倒だからと敬遠されがちです。食べ方がわからない場合もありますので、ご家庭でも食べ方を教えていただければと思います。

また、給食で初めて食べる食品でアレルギー症状が出る場合があります。献立表を確認いただき、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に試していただくと安心です。

