

# 令和7年4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 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	ごはん				米		573	
	牛乳	乳	牛乳					
	さけのしおやき	さけ	さけ			塩		
	だいちのいそに	大豆 小麦	だいち 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		
みだくさんじる	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			
10 木	ロールパン	小麦 乳			パン		575	
	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			
11 金	ごはん				米		575	レバーには 鉄分が多く含 まれています。
	牛乳	乳	牛乳					
	とりにくとレバーの なんばんづけ	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 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		
ちゅうかスープ	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					
14 月	せわりパン	小麦 乳			パン		644	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 ちゅうのうソース		
	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		
はるキャベツの クリームに	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	ベシメルソース 塩 こしょう スープストック			
15 火	はんかごはん				米		623	
	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	ちゅうのうソース こしょう カレールウ スープストック チャツネ		
	にたまご	卵 小麦 大豆	たまご		さとう	しょうゆ 塩 す		
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				
16 水	はんかごはん				米		574	
	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 いら しょうが	こむぎこ さとう 油 でんぶん	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		
なまあげのちゅうかに	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			
17 木	ごはん				米		578	やいちゃんラ ンチです。
	牛乳	乳	牛乳					
	くろはんべんフライ	さば 大豆 小麦	くろはんべん		こむぎこ パンこ 油			
	きんぴらごぼう	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		
すましじる	大豆 小麦 さば	とうふ なた 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			
18 金	マーガリンパン	小麦 乳			パン さとう マーガリン		606	
	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 でんぶん 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		
チンゲンさいのスープ	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 チキンブイヨン			
21 月	さくらごはん	小麦 大豆			米	しょうゆ 塩	586	入学・進級の お祝い献立 です。
	牛乳	乳	牛乳					
	あつやきたまご	卵 大豆 さば	たまご		さとう 油	す しょうゆ 塩		
	なのはなあえ	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		
	わかたけじる	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		
おいおいデザート	大豆	とうにゅう	いちご	さとう みずあめ				
22 火	こくとうパン	小麦 乳			パン こくとう		574	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 だいち	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			

○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		572	焼肉丼の具をごはんにのせて食べましょう。
	牛乳	乳	牛乳					
	やきにくどんのく	豚肉 小麦 大豆	ぶたにく なたと	こんにやく たまねぎ ねぶかねぎ	さとう 油	しょうゆ みりん 酒		
	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 ごま油 ごま	しょうゆ す 塩		
24木	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	26.5	
	ロールパン	小麦 乳			パン			
	牛乳	乳	牛乳					
	さわらのレモンしょうゆあえ	小麦 大豆	さわら	レモン	でんぶん 油 さとう	しょうゆ		
25金	わふうおかかサラダ		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		25.7	鯖は春を代表する魚です。
	にくだんごとやさいのスープ	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 でんぶん ごま油	塩 こしょう しょうゆ ちゅうかスープ		
	ごはん				米			
	牛乳	乳	牛乳					
28月	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 でんぶん さとう こむぎこ	塩	585	
	ちゅうかサラダ	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		
	マーボーはるさめ	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 でんぶん	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		
	アーモンドござかな	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		
30水	ごはん				米		603	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 ゼラチン 卵	とりにく ぶたにく ゼラチン たまご	たまねぎ	パンこ でんぶん さとう 油 こむぎこ	ちゅうかうソース 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		
かきたまじる	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	21.1		

## 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

- 1** 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。
- 2** 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。
- 3** 明るい社会性と協同の精神を養う。
- 4** 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。
- 5** 食生活が多くの人々の勤勞に支えられていることを理解し、感謝する。
- 6** 伝統的な食文化を理解する。
- 7** 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年間よろしくお願ひします。



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ことがあります。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。

