

令和7年10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				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		エネルギー (Kcal) たん白質(g)
1 水	はんかんごはん				米		587	きのこカレー にはエリンギ としめじが 入っています。
	牛乳	乳	牛乳					
	きのこカレー	豚肉 乳 小麦 大豆 りんご 鶏肉	ぶたにく チーズ	にんじん たまねぎ エリンギ しめじ にんにく しょうが	じゃがいも 油	カレールウ こしょう ちゅうのうソース チャツネ スープストック		
	ブレーンオムレツ	卵 大豆	たまご		さとう だいたず油	塩 す	23.4	
	ほうれんそうサラダ			ほうれんそう もやし にんじん		あおじそドレッシング		
2 木	ちゅうかめん	小麦			めん		578	豚骨ラーメン スープには 野菜がたくさん 入っています。
	牛乳	乳	牛乳	にんにく しょうが にんじん もやし ねぶかねぎ メンマ チンゲンさい どうもろこし		チキンブイヨン スープストック とんこつラーメンスープ		
	とんこつラーメン スープ 	豚肉 鶏肉 ごま 大豆 小麦	ぶたにく なんと				26.8	
	あげぎょうざ	小麦 大豆 豚肉	ぶたにく とりにく	キャベツ たまねぎ しょうが	こむぎこ パンこ さとう でんぶん 油	しょうゆ 塩 こしょう		
	やさいのごまずあえ	ごま 小麦 大豆		キャベツ きゅうり	さとう ごま	しょうゆ す 塩		
3 金	ごはん				米		588	10月6日は 「十五夜」で す。お月見に ちなんだ献 立です。 
	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 にんにく しょうが	でんぶん さとう	塩 しょうゆ みりん		
	ゆかりあえ			キャベツ きゅうり あかしそ		塩		
	つきなじる 	卵 さば 小麦 大豆	うずらたまご かまぼこ	こまつな だいこん にんじん	さといも	かつおのもと しょうゆ 塩	23.5	
	おつきみゼリー		かんてん	みかん レモン	さとう みずあめ			
6 月	こくとうパン	小麦 乳			パン こくとう		574	やいちゃん ランチです。 
	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	26.6	
	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			
	ミネストローネ	豚肉 鶏肉 大豆 小麦	ベーコン だいたず	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		
7 火	ごはん				米		571	実だくさん汁 には大豆製 品が3種類 入っています。
	牛乳	乳	牛乳					
	あじのこうじやき 		あじ		こうじ	塩 みりん	30.1	
	だいたいのいそに 	大豆 小麦	だいたず ひじき ちくわ	にんじん	こんにやく 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 油あげ みそ	ごぼう はねぎ だいこん	さといも	さばけずり にぼし		
8 水	ごはん				米		590	
	牛乳	乳	牛乳					
	パオズ	小麦 大豆 豚肉 鶏肉	ぶたにく とりにく	たまねぎ しょうが	こむぎこ でんぶん パンこ さとう	しょうゆ 塩 こしょう	24.7	
	ちゅうかサラダ	ごま 小麦 大豆		にんじん もやし きゅうり	ごま さとう ごま油	しょうゆ す		
	マーボーはるさめ	豚肉 ごま 小麦 大豆 鶏肉	ぶたにく	たまねぎ にんじん キャベツ たけのこ はねぎ 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 ちゅうかスープ 塩 トウバンジャン		
9 木	マーガリンパン	小麦 乳			パン マーガリン さとう		592	
	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	21.9	
	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	スパゲッティ 油	塩 こしょう ケチャップ ちゅうのうソース コンソメ		
	ベーコンとチンゲンさい のスープ	豚肉 鶏肉 ごま 小麦 大豆	ベーコン	だいこん にんじん どうもろこし チンゲンさい		塩 こしょう チキンブイヨン ちゅうかスープ しょうゆ		
10 金	ごはん				米		578	10月10日の 目の愛護 デーにちな んだ献立です。 
	牛乳	乳	牛乳					
	とりにくとレバーの チリソース	鶏肉 小麦 大豆 りんご	とりにく とりレバー	ねぶかねぎ にんにく しょうが	油 さとう でんぶん	ケチャップ チリソース しょうゆ 酒	25.1	
	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		
14 火	はるさめスープ	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 ごま	ベーコン	たまねぎ にんじん チンゲンさい しょうが	はるさめ	塩 しょうゆ チキンブイヨン ちゅうかスープ こしょう		
	ごはん				米		577	鶏肉と野菜を 煮込み、すき やき風の味 付けにしまし た。
	牛乳	乳	牛乳					
	あつやきたまご	卵 大豆 さば	たまご		さとう だいたず油	す しょうゆ 塩 魚介エキス	29.1	
そくせきづけ	大豆		キャベツ きゅうり たくあん しょうが					
	とりにくのすきやき 	大豆 鶏肉 小麦	とりにく かまぼこ やきどうふ	はくさい にんじん ねぶかねぎ	こんにやく 油 さとう	しょうゆ みりん 酒		
15 水	ロールパン	小麦 乳			パン		659	大井川南小 学校のリク エスト献立 です。 
	牛乳	乳	牛乳					
	メンチカツ	豚肉 小麦 大豆	ぶたにく	たまねぎ	油 さとう でんぶん パンこ こむぎこ	塩 こしょう ナツメグ	29.6	
	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	ケチャップ スープストック ワイン ちゅうのうソース こしょう		
	ポークビーンズ	豚肉 大豆 小麦 鶏肉	ぶたにく だいたず	たまねぎ にんじん	さとう 油			

○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。

令和7年10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) 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		
16 木	ごはん				米			
	牛乳	乳	牛乳				573	
	いわしのおかか	小麦 大豆	いわし かつおぶし	レモン	さとう でんぶん	しょうゆ みりん		旬のいわしをおかか煮にしました。
	れんこんのきんぴら	豚肉 ごま 小麦 大豆	ぶたにく さつまあげ	れんこん にんじん	こんにやく さとう 油 ごま油	みりん しょうゆ	26.5	
17 金	みそしる	大豆 さば	とうふ 油あげ みそ	はねぎ たまねぎ	じゃがいも	にぼし さばけずり		
	ごはん				米			
	牛乳	乳	牛乳				573	
	ドライカレー	豚肉 小麦 大豆	ぶたにく	しょうが にんにく たまねぎ にんじん レーズン	こむぎこ 油	ワイン カレーこ 塩 しょうゆ ちゅうのうソース		ドライカレーにはレーズンが入っています。
20 月	ごぼうサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 ドレ(ごま)		ごぼう きゅうり にんじん	さとう ごまドレッシング	みりん しょうゆ	24.6	
	うずらたまごのスープ	鶏肉 卵 小麦 大豆	とりにく うずらたまご	とうもろこし たまねぎ チンゲンさい		塩 こしょう スープストック チキンブイヨン		
	げんまいパン	小麦 乳			パン げんまい		576	
	牛乳	乳	牛乳					鮭は秋が旬の食べ物です。
21 火	さけフライ	小麦 卵 さけ	さけ たまご		油 パンこ こむぎこ さとう でんぶん	塩	23.1	
	コーンサラダ			キャベツ とうもろこし きゅうり にんじん	コーンクリーミードレッシング			
	やさいスープ	豚肉 鶏肉	ウインナー	たまねぎ にんじん ほうれんそう	じゃがいも	塩 こしょう コンソメ チキンブイヨン		
	はんかんごはん	小麦 乳			米		589	
22 水	牛乳	乳	牛乳					豚丼の具をごはんにかけて食べましょう。
	ぶたどんのぐ	豚肉 小麦 大豆	ぶたにく なんと	たまねぎ しょうが	こんにやく さとう でんぶん 油	しょうゆ 酒	26.6	
	マカロニサラダ (マヨネーズ)	小麦 大豆 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			
	いもだんごじる	大豆 さば	あぶらあげ みそ	ごぼう だいこん にんじん はねぎ	じゃがいもだんご	にぼし さばけずり		
23 木	はんかんごはん	小麦 乳			米		600	
	牛乳	乳	牛乳					なまりぶしそぼろ丼の具をごはんにかけて食べましょう。
	なまりぶしそぼろ どんのぐ	小麦 卵 大豆	なまりぶし たまご	しょうが えだまめ	さとう 油	酒 しょうゆ 塩	26.7	
	ひじきサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 ドレ(ごま)	ひじき	たけのこ にんじん きゅうり	さとう ごまドレッシング	みりん しょうゆ		
24 金	とりだんごじる	鶏肉 豚肉 大豆 ごま さば 小麦	とりだんご とうふ	こまつな ごぼう にんじん しめじ	ごま油	さばけずり かつおのもと 塩 しょうゆ 酒 みりん		
	ごはん				米			
	牛乳	乳	牛乳				571	
	くろはんぺんの いそべあげ	さば 大豆 小麦	くろはんぺん あおのり		こむぎこ でんぶん 油			主菜は、青のりの風味が感じられる「黒はんぺんの磯辺揚げ」です。
27 月	きんぴらごぼう	豚肉 大豆 ごま 小麦	ぶたにく 油あげ	ごぼう にんじん	こんにやく ごま さとう 油 ごま油	みりん しょうゆ	22.5	
	すましじる	大豆 さば 小麦	とうふ かまぼこ	たまねぎ にんじん ほうれんそう		かつおのもと しょうゆ みりん 塩		
	ごはん				米		572	
	牛乳	乳	牛乳					旬の里芋を使用したのつぺい汁です。
28 火	さばのカレーやき	さば 大豆 小麦	さば			しょうゆ カレーこ	28.4	
	あさづけ	小麦 大豆	こんぶ	キャベツ きゅうり		塩		
	のつぺいじる	鶏肉 大豆 さば 小麦	とりにく 油あげ	だいこん にんじん ねぶかかねぎ	さといも こんにやく でんぶん	かつおのもと さばけずり しょうゆ 酒 塩		
	マーガリンパン	小麦 乳			パン マーガリン さとう		596	
29 水	牛乳	乳	牛乳					秋野菜のポトフには、大根やれんこんが入っています。
	たまごロール	卵 小麦 大豆	たまご		さとう でんぶん 油	す しょうゆ みりん 塩	24.2	
	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			
	あきやさいのポトフ	鶏肉 豚肉 大豆 小麦	とりにく ウインナー	たまねぎ にんじん だいこん れんこん パセリ		スープストック ワイン 塩 チキンブイヨン こしょう		
30 木	ごはん				米			
	牛乳	乳	牛乳				576	
	にくだんごの あまずあんかけ	鶏肉 卵 小麦 大豆 ごま	とりにく たまご	たまねぎ	さとう でんぶん パンこ 油	しょうゆ す 塩	20.6	
	はるさめサラダ	ごま 小麦 大豆		キャベツ きゅうり にんじん	はるさめ さとう ごま油 ごま	しょうゆ す		
31 金	ワンタンスープ	小麦 豚肉 大豆 鶏肉	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 さとう でん粉 油	塩 こしょう スープストック しょうゆ チキンブイヨン		
	ごはん				米			
	牛乳	乳	牛乳				572	
	とりにくのからあげ	鶏肉 小麦 大豆	とりにく		でんぶん こむぎこ 油 さとう	塩 こしょう しょうゆ	24.1	
30 木	きゅうりとだいこんの ひたひた	ごま 小麦 大豆	かつおぶし	きゅうり だいこん	さとう ごま油	しょうゆ す いちみつとうがらし		大富中学校のリクエスト献立です。
	さつまじる	大豆 さば	みそ	たまねぎ ごぼう ねぶかかねぎ にんじん	さつまいも こんにやく	にぼし さばけずり		
	せわりパン	小麦 乳			パン		621	
	牛乳	乳	牛乳					フランクフルトをパンにはさんで食べましょう。
31 金	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	25.6	
	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		
	クリームシチュー	鶏肉 豚肉 乳 小麦 大豆	とりにく 牛乳	にんじん たまねぎ エリンギ	じゃがいも 油 なまクリーム	ベシャメルソース 塩 こしょう コンソメ		
	ごはん				米		582	
31 金	牛乳	乳	牛乳					
	やきつくね	鶏肉 豚肉 大豆	とりにく	ごぼう たまねぎ れんこん	さといも ラード でん粉 さとう	しょうゆ 塩	24.2	
	もやしとこまつなの あえもの	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	豚肉 小麦 大豆	ぶたにく	にんじん たまねぎ えだまめ	じゃがいも こんにやく さとう 油	しょうゆ 酒		