

日	献立名	アレルギー	使われて いる食品	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)	おもな働 き	エネルギー (Kcal)	備考
								たん白質(g)	
4 火	ごはん					こめ			
	牛乳	乳	牛乳					575	
	さばのみそに 	さば 大豆	さば みそ			さとう でんぶん			
	アーモンドあえ	アーモンド 大豆 小麦		もやし こまつな にんじん		アーモンド さとう	しょうゆ	26.3	
5 水	いもだんごじる	大豆 小麦 さば	あぶらあげ	だいこん ごぼう にんじん ねぶかねぎ		じゃがいもだんご	かつおの素 しょうゆ 酒 塩		
	はんかんごはん	乳	牛乳			こめ		591	焼き肉丼の 具はごはん にのせて食 べてくださ い。
	牛乳	乳	牛乳						
	コーヒーのもと						コーヒーのもと		
6 木	やきにくどんのぐ 	豚肉 小麦 大豆	ぶたにく なんと	たまねぎ ねぶかねぎ		さとう 油 こんにやく	しょうゆ みりん 酒	25.9	
	かふうあえ	ごま 小麦 大豆		もやし こまつな にんじん		はるさめ さとう ごま油 ごま	しょうゆ す		
	ワンタンスープ	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 ごま	ぶたにく みそ	たまねぎ キャベツ にんじん しょうが		こむぎこ 油 でんぶん さとう	塩 しょうゆ 中華スープ チキンブイヨン		
	ソフトめん	小麦				めん	ケチャップ ちゅうのうソース ワイン トマトピューレ ハヤシルウ ベジメメルソース スープストック こしょう	588	ソフトめんは 学校給食の ために作ら れためんで す。
7 金	牛乳	乳	牛乳						
	ミートソース	豚肉 小麦 大豆 乳 鶏肉	ぶたにく	たまねぎ にんじん トマト にんにく		油		22.2	
	コーンフライ	小麦 大豆		とうもろこし		油 こむぎこ さとう みずあめ ショートニング パンこ でんぶん	塩		
	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		
10 月	ごはん	乳	牛乳			こめ		591	
	とうふステーキの そばろあんかけ	豚肉 大豆 小麦	ぶたにく とう乳	しょうが		さとう でんぶん 油	しょうゆ 塩	26.0	
	もやしとこまつなの のりあえ	ごま 小麦 大豆	のり	もやし こまつな にんじん		ごま さとう	しょうゆ す		
	つみれじる 	大豆 さば	つみれ みそ	だいこん ごぼう にんじん はねぎ しょうが		こんにやく	かつおの素 さばけずり		
11 火	こくとうパン	小麦 乳				パン こくとう		590	
	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		でんぶん 油 さとう	しょうゆ	25.7	
	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			
12 水	ミネストローネ	豚肉 大豆 小麦 鶏肉	ベーコン だいず	たまねぎ トマト にんじん パセリ		マカロニ	コンソメ 塩 こしょう		
	ごはん	乳	牛乳			こめ		575	旬の食材「大 根」をたくさん 使った炒め 煮です。
	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 魚介エキス	27.6	
13 木	ごまあえ	ごま 小麦 大豆		キャベツ こまつな にんじん		ごま さとう	しょうゆ		
	ぶたにくとだいこんの いために	豚肉 大豆 鶏肉 小麦 ごま	ぶたにく なまあげ	だいこん にんじん しょうが にんにく		さとう ごま油 油 こんにやく	しょうゆ 酒 スープストック		
	ごはん	乳	牛乳			こめ		573	旬の食材 「鮭」の塩焼 きです。
	牛乳	乳	牛乳						
14 金	さけのしおやき 	さけ	さけ				塩	33.5	
	だいちのいそに 	大豆 小麦	だいち ちくわ ひじき	にんじん		こんにやく さとう 油	しょうゆ みりん		
	とりだんごじる	鶏肉 豚肉 ごま 大豆 小麦 さば	とりだんご とうふ あぶらあげ	こまつな もやし しめじ にんじん		ごま油	さばけずり かつおの素 塩 しょうゆ 酒 みりん		
	ロールパン	小麦 乳				パン		576	
17 月	牛乳	乳	牛乳						
	ハンバーグ ケチャップソース	鶏肉 豚肉 大豆	とりにく ぶたにく	たまねぎ		さとう でんぶん 油 じゃがいも	ケチャップ 塩 ちゅうのうソース ワイン	23.1	
	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			
	チンゲンサイのスープ	豚肉 鶏肉 大豆 小麦 ごま	ウインナー	たまねぎ チンゲンサイ にんじん とうもろこし			チキンブイヨン しょうゆ 中華スープ 塩 こしょう		
17 月	ごはん	乳	牛乳			こめ		577	旬の食材「さ つまいも」を 使ったみそ 汁です。
	牛乳	乳	牛乳						
	ちくわのいそべあげ 	小麦	ちくわ あおのり			こむぎこ でんぶん 油		24.0	
	きゅうりとだいこんの ひたひた 	大豆 小麦 ごま	かつおぶし	きゅうり だいこん		さとう ごま油	しょうゆ す いちみつがらし		
17 月	さつまじる	鶏肉 大豆 さば	とりにく あぶらあげ みそ	はくさい にんじん		さつまいも	にぼし さばけずり		
	マーガリンパン	小麦 乳				パン マーガリン さとう		646	
	牛乳	乳	牛乳						
	とりにくのてりやき	鶏肉 小麦 大豆	とりにく			さとう	しょうゆ	25.0	
17 月	ラビオリスープ	鶏肉 豚肉 小麦 大豆	とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん キャベツ 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		
	フルーツあえ	もも		みかん パイナップル もも					

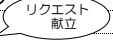
○焼津市では、下記の食品を『アレルギー物質』欄に記載します。

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)	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 火	ごはん				こめ		576	「揚げおでん」はじゃがいもを揚げてから他の具材と一緒に煮ます。
	牛乳	乳	牛乳					
	あげおでん 	豚肉 さば 大豆 小麦	ぶたにく くろはんぺん ちくわ こんぶ みそ	にんじん	じゃがいも でんぶん 油 さとう こんにゃく	しょうゆ みりん	23.3	
	なっとう	小麦 大豆	なっとう			なっとうのたれ からし		
19 水	ゆかりあえ			キャベツ きゅうり あかしそ		塩		大富小学校のリクエスト献立です。
	ロールパン 	小麦 乳			パン		576	
	牛乳	乳	牛乳					
	プレーンオムレツ	卵 大豆	たまご		さとう だいたい油	塩 す		
20 木	コーンサラダ			キャベツ とうもろこし きゅうり にんじん	コーンクリームドレッシング		22.9	商売繁盛や 豊作を願う恵 比寿講にちな んだ献立 です。
	きのこのクリームに	豚肉 乳 小麦 大豆 鶏肉	ベーコン きゅうりにゅう	たまねぎ にんじん エリンギ しめじ バセリ	じゃがいも なまクリーム 油	ベシャメルソース 塩 こしょう スープストック		
	ごはん				こめ		578	
	牛乳	乳	牛乳					
21 金	いわしのしょうがに 	小麦 大豆	いわし	しょうが	さとう みずあめ	しょうゆ す		和食の日に ちなんだやい ちゃんランチ です。
	にしめ 	鶏肉 小麦 大豆	とりにく ちくわ	れんこん にんじん こんにゃく ごぼう ほししいたけ	さとう 油	しょうゆ みりん	27.2	
	だいこんのみそしる	大豆 さば	とうふ あぶらあげ わかめ みそ	もやし だいこん はねぎ		にぼし さばけずり		
	はんかんごはん				こめ		597	
22 土	牛乳	乳	牛乳					野菜サラダ にはコールス ロードレッシ ングがあえて あります。
	チキンカレー	鶏肉 乳 小麦 大豆 豚肉 りんご	とりにく チーズ	たまねぎ にんじん 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 カレールー スープストック チャツネ	24.2	
	にたまご	卵 小麦 大豆	たまご			しょうゆ みりん		
	やさしいサラダ			キャベツ きゅうり とうもろこし にんじん	コールスロードレッシング			
23 日	ごはん				こめ		581	和食の日に ちなんだやい ちゃんランチ です。
	牛乳	乳	牛乳					
	くろはんぺんフライ 	さば 大豆 小麦	くろはんぺん		こむぎこ パンこ 油		23.1	
	さくらえびいり きんぴらごぼう 	えび ごま 大豆 小麦	さくらえび さつまあげ	ごぼう にんじん	さとう 油 ごま油 こんにゃく	しょうゆ みりん		
24 月	すましじる 	大豆 さば 小麦	とうふ なた あぶらあげ	ほうれんそう えのきたけ		かつおの素 しょうゆ みりん 塩		小川小学校 のリクエスト 献立です。
	ロールパン	小麦 乳			パン		589	
	牛乳	乳	牛乳					
	フィッシュナゲット 	大豆 小麦 豚肉	あじ	たまねぎ	こむぎこ 油 でんぶん さとう	しょうゆ 塩 ポークエキス	25.3	
25 火	やさそば	豚肉 小麦 りんご 大豆	ぶたにく	もやし キャベツ たまねぎ にんじん	ちゅうかめん 油	やさそばソース こしょう		ツナそぼろ丼 の具はごは んにのせて 食べてくだ さい。
	ポトフ	豚肉 鶏肉	ウインナー	だいこん たまねぎ にんじん バセリ		チキンブイヨン コンソメ 塩 こしょう ワイン		
	ごはん				こめ		635	
	牛乳	乳	牛乳		油 こむぎこ ショートニング はるさめ でんぶん さとう こめこ	しょうゆ 塩	22.4	
26 水	はるまき	豚肉 大豆 小麦	ぶたにく	にんじん たまねぎ キャベツ しょうが ほししいたけ				小川小学校 のリクエスト 献立です。
	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			
	とんじる	豚肉 大豆 さば	ぶたにく あぶらあげ みそ	たまねぎ ごぼう にんじん はねぎ	じゃがいも	にぼし さばけずり		
	はんかんごはん				こめ		595	
27 木	牛乳	乳	牛乳					ツナそぼろ丼 の具はごは んにのせて 食べてくだ さい。
	ツナそぼろどんぐ 	小麦 卵 大豆	まぐろ たまご	えだまめ しょうが	さとう 油	酒 しょうゆ 塩	21.9	
	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	しょうゆ みりん チキンブイヨン 中華スープ しょうゆ オイスターソース 塩 こしょう		
	わかめスープ 	鶏肉 豚肉 ごま 大豆 小麦	とうふ なた わかめ	たまねぎ にんじん				

実りの秋 食べ物を大切にいただきます



校庭の木々が色づき、日に日に秋が深まってきたことを感じます。昔から日本人にとって重要な穀物であるお米をはじめ、大豆やそば、里いもなど、さまざまな作物が収穫時期を迎えています。各地で収穫を祝うお祭りが開催され、11月23日には「新嘗祭」という伝統的な宮中行事が行われます。この日は「勤労感謝の日」として国民の祝日になっていますが、食べることは、たくさんの人の勤労に支えられていることを忘れずに、日々の食事を大切にいただきます。

