

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		
4 火	ロールパン 牛乳	小麦 乳	牛乳		パン		747	大富小学校 のリクエスト 献立です。
	プレーンオムレツ	卵 大豆	たまご		さとう だいたず油	塩 す		
	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		28.5	
	きのこのクリーム煮	豚肉 乳 小麦 大豆 鶏肉	ベーコン ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん エリンギ しめじ パセリ	じゃがいも なまクリーム 油	ベジマールソース 塩 こしょう スープストック		
5 水	ごはん				こめ		815	商売繁盛や 豊作を願う恵 比寿講にちな んだ献立 です。
	牛乳	乳	牛乳					
	いわしの生姜煮	小麦 大豆	いわし	しょうが	さとう みずあめ	しょうゆ す	34.9	
	煮しめ	鶏肉 小麦 大豆	とりにく ちくわ	れんこん にんじん こんにやく ごぼう ほししいたけ	さとう 油	しょうゆ みりん		
6 木	大根のみそ汁	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	780	
	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳				34.4	
	さばのみそ煮	さば 大豆	さば みそ		さとう でんぶん			
7 金	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	777	焼き肉丼の 具はごはん にのせて食 べてくださ い。
	いも団子汁	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		
	飯缶ごはん				こめ		32.2	
	牛乳	乳	牛乳					
10 月	コーヒの素					コーヒのもと	743	旬の食材「大 根」をたくさん 使った炒め 煮です。
	焼肉丼の具	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		
	華風あえ	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	32.8	
	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		
11 火	ごはん				こめ		747	旬の食材 「鮭」の塩焼 きです。
	牛乳	乳	牛乳					
	鮭の塩焼き	さけ	さけ			塩	39.0	
	大豆の磯煮	大豆 小麦	だいたず 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		
12 水	とり団子汁	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	789	
	黒糖パン	小麦 乳			パン こくとう			
	牛乳	乳	牛乳				32.9	
	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		
13 木	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		788	旬の食材「さ つまいも」を 使ったみそ 汁です。
	ミネストローネ	豚肉 大豆 小麦 鶏肉	ベーコン だいたず	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				こめ		31.5	
	牛乳	乳	牛乳					
14 金	竹輪の磯辺揚げ	小麦	ちくわ あおのり		こむぎこ でんぶん 油		771	
	きゅうりと大根の 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 いちみつとうがらし		
	さつま汁	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	30.1	
	ロールパン	小麦 乳			パン			
17 月	牛乳	乳	牛乳				749	「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。
	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		
	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		27.7	
	チンゲン菜のスープ	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				こめ		749	「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					
	揚げおでん	豚肉 さば 大豆 小麦	ぶたにく くらはんぺん 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 こんにやく	しょうゆ みりん	27.7	
	納豆	小麦 大豆	なっとう			なっとうのたれ からし		
17 月	ゆかりあえ			キャベツ きゅうり あかしそ		塩	27.7	

○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		
18 火	マーガリンパン	小麦 乳			パン マーガリン さとう		871	
	牛乳	乳	牛乳					
	鶏肉の照り焼き	鶏肉 小麦 大豆	とりにく		さとう	しょうゆ	31.4	
	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				
19 水	飯缶ごはん				こめ		776	ツナそぼろ丼の具はごはんにのせて食べてください。 
	牛乳	乳	牛乳					
	ツナそぼろ丼の具 	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	27.1	
	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		
	わかめスープ 	鶏肉 豚肉 ごま 大豆 小麦	とうふ なたと わかめ	たまねぎ にんじん		しょうゆ オイスターソース 塩 こしょう		
20 木	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 ベジメルソース	752	ソフトめんは学校給食のために作られためんです。 
	牛乳	乳	牛乳			スープストック こしょう		
	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 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	27.3	
	コーンフライ	小麦 大豆		とうもろこし				
	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		
21 金	ごはん				こめ		739	和食の日にはちなんだ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		27.5	
	桜えび入り 金平ごぼう 	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 こんにやく	しょうゆ みりん		
	すまし汁 	大豆 さば 小麦	とうふ なたと 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		
25 火	ごはん				こめ		805	
	牛乳	乳	牛乳					
	豆腐ステーキの そぼろあんかけ	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	33.1	
	もやしと小松菜の 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		
	つみれ汁 	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		
26 水	飯缶ごはん				こめ		785	野菜サラダにはコールス ロードレッシングがあて あります。 
	牛乳	乳	牛乳					
	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 カレールウ スーパーストック チャツネ	28.8	
	煮たまご	卵 小麦 大豆	たまご			しょうゆ みりん		
	野菜サラダ			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			
27 木	ロールパン	小麦 乳			パン		761	
	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	31.6	
	焼きそば	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	やきそばソース こしょう		
	ポトフ	豚肉 鶏肉	ウインナー	だいこん たまねぎ にんじん パセリ		チキンブイヨン コンソメ 塩 こしょう ワイン		
28 金	ごはん				こめ		848	小川小学校の リクエスト 献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	春巻き	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	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	27.9	
	和風おかかサラダ 		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			
	豚汁	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		

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。

