

令和7年11月 学校給食献立表 北棟3

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		
4 火	マーガリンパン 牛乳	小麦 乳 乳	牛乳		パン マーガリン さとう		646	
	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		
	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	25.0	
	フルーツあえ	もも		みかん パイナップル もも				
5 水	ごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ		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	
	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		
6 木	はんかんごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ		595	ツナそぼろ丼 の具はごはん にのせて 食べてください。 
	ツナそぼろどんのぐ 	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		
	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	21.9	
	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				
7 金	ごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ		591	
	とうふステーキの 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		
	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	26.0	
	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		
10 月	ごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ		573	旬の食材 「鮭」の塩焼 きです。 
	さけのしおやき 	さけ	さけ			塩		
	だいずのいそに 	大豆 小麦	だいず 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	33.5	
	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		
11 火	こくとうパン 牛乳	小麦 乳 乳	牛乳		パン こくとう		590	
	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		
	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		25.7	
	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		
12 水	ごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ		577	旬の食材「さ つまいも」を 使ったみそ 汁です。 
	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			
	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 いちみつとうがらし	24.0	
	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		
13 木	ごはん 牛乳	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。 
	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		
	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	27.6	
	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		
14 金	ロールパン 牛乳	小麦 乳 乳	牛乳		パン		576	
	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		23.1	
	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 牛乳	乳	牛乳		こめ		578	商売繁盛や 豊作を願う恵 比寿講にちな んだ献立 です。 
	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		
	にしめ 	鶏肉 小麦 大豆	とりにく ちくわ	れんこん にんじん こんにやく 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		

○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	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)	おともな 調味料	エネルギー (kcal) たん白質(g)	備考
18 火	ロールパン 牛乳 リクエスト 献立	小麦 乳	牛乳			パン		576	大富小学校 のリクエスト 献立です。
	ブレーンオムレツ	卵 大豆	たまご			さとう だいたい油	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		22.9	
	きのこのクリームに	豚肉 乳 小麦 大豆 鶏肉	ベーコン きゅうりゆ	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	ベシャメルソース 塩 こしょう スープストック		
19 水	はんかんごはん 牛乳	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。
	コーヒーのもと					コーヒーのもと			
	やきにくどんのぐ 	豚肉 小麦 大豆	ぶたにく なた	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		
	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	25.9	
	ワタンスープ	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		
20 木	はんかんごはん 牛乳	乳	牛乳			こめ		597	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。
	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		
	にたまご	卵 小麦 大豆	たまご				しょうゆ みりん	24.2	
	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			
21 金	ごはん 牛乳	乳	牛乳			こめ		581	和食の日に ちなんだや いちゃんラ ンチです。
	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			
	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 こんにやく	しょうゆ みりん	23.1	
	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		
25 火	ロールパン 牛乳	小麦 乳	牛乳			パン		589	
	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		
	やきそば	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	25.3	
	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		
26 水	ごはん 牛乳	乳	牛乳			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。
	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 こんにやく	しょうゆ みりん		
	なっとう	小麦 大豆	なっとう				なっとうのたれ からし	23.3	
	ゆかりあえ			キャベツ きゅうり あかしそ			塩		
27 木	ソフトめん 牛乳	小麦 乳	牛乳			めん		588	ソフトめんは 学校給食の ために作ら れためん です。
	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	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 ベシャメルソース スープストック こしょう		
	コーンフライ	小麦 大豆		とうもろこし			塩	22.2	
	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		
28 金	ごはん リクエスト 献立 牛乳	乳	牛乳			こめ		635	小川小学校 のリクエスト 献立です。
	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		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		
	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		22.4	
	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		

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、食べることが、たくさんの方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。

