


焼津市学校給食センター (624-6660)

★『』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				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)
23 金	はんかんごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ		595	大井川西小 学校のリクエ スト献立で す。
	なまりぶしカレー	豚肉 乳 小麦 大豆 鶏肉 りんご	ぶたにく なまりぶし チーズ	にんじん たまねぎ りんご にんにく しょうが	じゃがいも 油	こしょう ちゅうのうソース カレールウ スープストック チャツネ		
	プレーンオムレツ	卵 大豆	たまご		さとう だいたい油	塩 す	23.9	
	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		
26 月	ロールパン 牛乳	小麦 乳	牛乳		パン		596	
	とりにくとレバーの ケチャップあえ	鶏肉 大豆	とりにく とりレバー	しょうが	でんぶん 油 さとう	ワイン ちゅうのうソース トマトケチャップ さけ しょうゆ		
	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	28.4	
	ワンタンスープ	鶏肉 ごま 小麦 豚肉 大豆	ぶたにく みそ	たまねぎ しょうが たけのこ にんじん チンゲンさい	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		
27 火	はんかんごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ		575	とりそぼろ丼 の具をご飯 にのせて食 べましょう。
	とりそぼろどんぐり	鶏肉 卵 小麦 大豆	とりにく たまご	しょうが えだまめ	さとう 油	しょうゆ みりん 塩		
	ごまあえ	ごま 小麦 大豆		ほうれんそう にんじん キャベツ	ごま さとう	しょうゆ	28.2	
	じゃがいものみそしる	大豆 さば	とうふ あぶらあげ わかめ みそ	だいこん	じゃがいも	にぼし さばけずり		
28 水	ごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ		607	
	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 はるさめ ショートニング でんぶん こめこ こなあめ さとう	しょうゆ 塩		
	ちゅうかサラダ	ごま 小麦 大豆		にんじん もやし きゅうり		しょうゆ す	21.6	
	キムチなべ	豚肉 大豆 りんご 小麦 さば 鶏肉 ごま	ぶたにく とうふ	はくさい ねぶかねぎ にんじん はくさいキムチ しめじ にんにく しょうが	ごま さとう ごま油	ちゅうかスープ しょうゆ チキンブイヨン 塩 キムチのもと		
29 木	うどん 牛乳	小麦 乳	牛乳		うどん		575	焼津のじまんの 食べ物「ちくわ」 にお茶の 衣をつけて 揚げまし た。
	カレーうどんつゆ	鶏肉 大豆 小麦 乳 豚肉 さば	とりにく あぶらあげ かまぼこ	にんじん たまねぎ ねぶかねぎ にんにく しょうが ほししいたけ		カレールウ かつおのもと しょうゆ カレーこ		
	ちくわのおちやあげ	小麦	ちくわ	ちゃ	こむぎこ でんぶん 油		28.6	
	きゅうりのひたひた	ごま 小麦 大豆	かつおぶし	きゅうり	さとう ごま油	しょうゆ す いちみつとうがらし		
30 金	アーモンドこざかな	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	588	焼津のじまんの 食べ物「黒はんぺん」 を磯辺揚げに しまし た。
	ごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ			
	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		20.5	
	だいたいのいそに	大豆 小麦	だいたひじき ちくわ	にんじん	ごぼう だいこん にんじん ねぶかねぎ	みりん しょうゆ		
	いもだんごじる	大豆 さば 小麦	あぶらあげ		じゃがいもだんご	かつおのもと しょうゆ 酒 塩		

1月24日から1週間は・・・

## 全国学校給食週間です！

<p><b>全国学校給食週間です</b></p> <p>毎日の食生活を見直してみよう</p>	<p>健康のことを考えて、いろいろな食べ物をバランスよく食べている。</p>	<p>朝、昼、夕の1日3食を毎日、ほぼ決まった時間に食べている。</p>	<p>クラスの仲間と協力して給食の準備や後片付けができています。</p>
<p>あいさつやはし使い、食事のマナーを守って、みんなと楽しい雰囲気でお食事ができている。</p>	<p>たくさんの人々の協力や働きによって毎日の食事が成り立っていることを理解し、感謝して食べている。</p>	<p>食べ物を育む豊かな自然環境を守る大切さを知り、自分たちができることをしっかり行っている。</p>	<p>ふるさとのおいしい食べ物や料理を知り、また日本の伝統的な食文化の特徴やよさについて理解し説明できる。</p>

【焼津市のじまんの食べ物】

なまり節

かつお節

なると

黒はんぺん

ちくわ

かつお

さば

しらす

桜えび

トマト

なし

11種類のうち、3種類以上を使用した献立を「やいちゃんランチ」として月に1回提供しています。