








# 令和8年1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		
8 木	うどん	小麦			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。 
	牛乳	乳	牛乳					
	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		
	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		
9 金	ロールパン	小麦 乳			パン		591	豆腐ナゲットには魚のすり身も入っています。 
	牛乳	乳	牛乳					
	とうふナゲット 	大豆 小麦 豚肉	とうふ ひとりでだいとうにゅう	たまねぎ	さとう こむぎこ でんぶん だいたず油	塩 ポークエキス	24.2	
	スパゲッティソテー	小麦 鶏肉 豚肉	とりにく	たまねぎ にんじん しめじ エリンギ	油 スパゲッティ	塩 こしょう コンソメ		
ポトフ	鶏肉 豚肉	ウインナー	たまねぎ にんじん だいこん パセリ	じゃがいも	チキンブイヨン コンソメ ワイン 塩 こしょう			
13 火	ごはん				こめ		607	
	牛乳	乳	牛乳					
	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	21.6	
	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		
	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		
14 水	はんかんごはん				こめ		575	とりそぼろ丼の具をご飯にのせて食べましょう。 
	牛乳	乳	牛乳					
	とりそぼろどんのぐ	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	28.2	
	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		
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			
15 木	ごはん				こめ		574	
	牛乳	乳	牛乳					
	いわしのみぞれに 	小麦 大豆 さば	いわし	だいこん	でんぶん さとう	しょうゆ す さかなエキス	23.5	
	れんこんサラダ (ごまドレッシング)	大豆 小麦 ドレ(ごま)		れんこん きゅうり にんじん えだまめ	さとう ごまドレッシング	みりん しょうゆ		
すましじる 	大豆 小麦 さば	とうふ かまぼこ わかめ	ほうれんそう にんじん ほししいたけ		しょうゆ みりん 塩 かつおのもと			
16 金	ごはん				こめ		584	東益津中学校のリクエスト献立です。 
	牛乳	乳	牛乳					
	ぶりのてりやき 	小麦 大豆	ぶり			みりん しょうゆ 酒	28.4	
	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 えだまめ	こんにやく さとう 油 ごま油	みりん しょうゆ		
みそしる	大豆 さば	とうふ あぶらあげ	たまねぎ ほうれんそう	みそ	にぼし さばけずり			
19 月	おちやパン	小麦 乳		ちゃ	パン		579	パン生地には、お茶が練りこまれています。 
	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 にんにく しょうが	さとう	ケチャップ ワイン 塩 ちゅうのうソース しょうゆ	27.7	
	やさいとツナのソテー 	鶏肉 豚肉	まぐろ	こまつな キャベツ	油	塩 こしょう コンソメ		
ラビオリスープ	鶏肉 豚肉 小麦 大豆	とりにく ぶたにく ペーコン	たまねぎ にんじん ほうれんそう 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			
20 火	ごはん				こめ		604	たぬき汁は肉の代わりにこんにやくを使った汁物です。 
	牛乳	乳	牛乳					
	さばのたつたあげ 	さば 大豆 小麦	さば	しょうが	でんぶん 油	しょうゆ さけ みりん	22.3	
	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 塩 す		
たぬきじる 	大豆 さば 小麦	さつまあげ あぶらあげ	ごぼう だいこん にんじん はねぎ えのきたけ しょうが	こんにやく でんぶん	かつおのもと しょうゆ 塩			
21 水	はんかんごはん				こめ		595	大井川西小学校のリクエスト献立です。 
	牛乳	乳	牛乳					
	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	23.9	
	ブレンオムレツ	卵 大豆	たまご		さとう だいたず油	塩 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			
22 木	ロールパン	小麦 乳			パン		596	
	牛乳	乳	牛乳					
	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	28.4	
	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		
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			









○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)	調味料	エネルギー (kcal) たん白質(g)	備考
23 金	ごはん					こめ		576	やいちゃんラ ンチです。
	おかかふりかけ 					さとう	塩		
	牛乳	乳	牛乳					24.4	
	やいづおでん 	小麦 大豆 さば	ちくわ なんと さつまあげ くろはんぺん こんぶ	だいこん		じゃがいも こんにゃく	しょうゆ みりん 酒 塩 かつおのもと		
26 月	あつやきたまご	卵 大豆 小麦	たまご			さとう 油 でんぶ	す みりん しょうゆ 塩	572	いわしやたら のつみれ汁 です。
	やさいのアーモンドあえ	アーモンド 小麦 大豆		こまつな にんじん もやし		アーモンド さとう	しょうゆ		
	ごはん					こめ		27.9	
	牛乳	乳	牛乳						
27 火	ぶたにくのしょうがやき	豚肉 小麦 大豆	ぶたにく	しょうが にんにく たまねぎ		油 さとう でんぶ	酒 しょうゆ	589	
	マカロニサラダ (マヨネーズ)	小麦 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			
	つみれじる 	大豆 さば	つみれ	だいこん ごぼう にんじん はねぎ しょうが		こんにゃく みそ	かつおのもと さばけずり	22.8	
	ごはん	小麦 乳				パン こくとう			
28 水	牛乳	乳	牛乳					588	焼津のじま んの食べもの 「黒はんぺん」 を磯辺揚げに しました。
	たまごロール	卵 大豆 小麦 りんご	たまご			だいたい油 さとう	しょうゆ 塩 りんごす		
	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		20.5	
	チンゲンさいの クリームに	豚肉 乳 小麦 大豆 鶏肉	ウインナー 牛乳	チンゲンさい にんじん たまねぎ とうもろこし		油	ベシメルソース 塩 チキンブイヨン こしょう スープストック		
29 木	ごはん					こめ		572	すき焼きには 旬の白葉が 使われています。
	牛乳	乳	牛乳						
	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 油		28.3	
	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		こんにゃく さとう 油	みりん しょうゆ		
30 金	いもだんごじる	大豆 さば 小麦	あぶらあげ	ごぼう だいこん にんじん ねぶかねぎ		じゃがいもだんご	かつおのもと しょうゆ 酒 塩	584	茎わかめサ ラダを食べ て、しっかり 海藻をとしま しょう。
	ごはん					こめ			
	牛乳	乳	牛乳					23.8	
	つくね	鶏肉 大豆 小麦 ごま	とりにく	たまねぎ ごぼう		パンこ さとう ごま油	しょうゆ みりん 塩		
30 金	そくせきづけ	大豆		キャベツ きゅうり たくあん しょうが				584	
	すきやき	豚肉 大豆 小麦	ぶたにく やきどうふ	はくさい ねぶかねぎ にんじん えのきたけ		こんにゃく さとう	しょうゆ みりん さけ		
	マーガリンパン	小麦 乳				パン さとう マーガリン		23.8	
	牛乳	乳	牛乳						
30 金	タラのこうそうやき 	小麦 大豆	たら	バジル			しょうゆ	584	
	くきわかめサラダ (ナムルドレッシング)	ドレ(ごま 大豆 鶏肉 豚肉 小麦)	くきわかめ	キャベツ きゅうり にんじん		ナムルドレッシング			
	コーンポタージュ	乳 小麦 大豆 鶏肉	牛乳	とうもろこし にんじん たまねぎ パセリ		バター なまクリーム	ベシメルソース 塩 スープストック こしょう	23.8	

1月24日から1週間は・・・

## 全国学校給食週間です！

**全国学校給食週間です**

毎日の食生活を見直してみよう



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。



朝、昼、タの1日3食を毎日、ほぼ決まった時間に食べている。



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。



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。



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。



食べ物を育む豊かな自然環境を守ることができ、自分たちができていることをしっかり行っている。



ふるさとの自慢の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。

### 【焼津市のじまんの食べ物】



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。