

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	エネルギー (Kcal) たん白質(g)	備考
8 木	うどん	小麦	うどん		
	牛乳	乳			
	カレーうどんつけ	鶏肉 大豆 小麦 乳 豚肉 さば	とりにく あぶらあげ かまぼこ	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。
	ちくわのおちやあげ	小麦	ちや		
	きゅうりのひたひた	ごま 小麦 大豆	かつおぶし	28.6	
9 金	アーモンドこざかな	アーモンド 小麦 大豆 ごま	いわし		
	ロールパン	小麦 乳	パン		
	牛乳	乳			
	とうふナゲット	大豆 小麦 豚肉	とうふ いとよりだい とうにゅう	591	豆腐ナゲットには魚のすり身も入っています。
13 火	スパゲッティソテー	小麦 鶏肉 豚肉	とりにく		
	ボトフ	鶏肉 豚肉	ウインナー	24.2	
	ごはん		こめ		
	牛乳	乳	牛乳	607	
14 水	はるまき	豚肉 大豆 小麦	ぶたにく		
	ちゅうかサラダ	ごま 小麦 大豆			
	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	21.6	
	はんかんごはん		こめ		
15 木	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	575	とりそぼろ丼の具をご飯にのせて食べましょう。
	ごまあえ	ごま 小麦 大豆			
	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	28.2	
16 金	ごはん		こめ		
	牛乳	乳	牛乳	574	
	いわしのみぞれに	小麦 大豆 さば	いわし		
	れんこんサラダ(ごまドレッシング)	大豆 小麦 ドレ(ごま)		23.5	
19 月	すまじる	大豆 小麦 さば	とうふ かまぼこ わかめ		
	ごはん	牛乳	牛乳	584	
	ぶりのてりやき	小麦 大豆	ぶり		
	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	28.4	東益津中学校のリクエスト献立です。
20 火	みそしる	大豆 さば	とうふ、あぶらあげ		
	おちやパン	小麦 乳	ちや		
	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	579	パン生地には、お茶が練りこまれています。
21 水	やさいとツナのソテー	鶏肉 豚肉	まぐろ		
	ラビオリースープ	鶏肉 豚肉 小麦 大豆	とりにく ぶたにく ベーコン	27.7	
	ごはん		こめ		
	牛乳	乳	牛乳	604	
22 木	さばのたたあげ	さば 大豆 小麦	さば		
	やさいのごまえ	ごま 小麦 大豆			
	たぬきじる	大豆 さば 小麦	さつまあげ あぶらあげ	22.3	たぬき汁は肉の代わりにこんにゃくを使った汁物です。
	はんかんごはん	牛乳	牛乳		
22 木	なまりぶしカレー	豚肉 乳 小麦 大豆 鶏肉 りんご チーズ	ぶたにく なまりぶし	595	大井川西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		
	わふうおかかサラダ		かつおぶし	23.9	
	ロールパン	小麦 乳	パン	596	
22 木	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		
	キャベツサラダ	小麦 大豆		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		

○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 カシューなツツ 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。

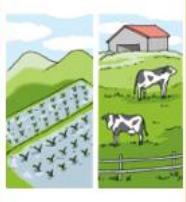
令和8年1月 学校給食献立表 南棟1

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				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		
23 金	ごはん				こめ			
	おかかぶりかけ	魚	かつおぶし のり	ちゃ	さとう	塩	576	やいちゃんランチです。
	牛乳	乳	牛乳					
	やいづおでん	魚	小麦 大豆 さば	ちくわ なると さつまあげ くろはんべん こんぶ	だいこん	じやがいも こんにゃく しょうゆ みりん 酒 塩 かつおのもと		
	あつやきたまご		卵 大豆 小麦	たまご		さとう 油 でんぶん す みりん しょうゆ 塩	24.4	
26 月	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			
	牛乳	乳	牛乳				572	いわしやたらのつみれ汁です。
	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 でんぶん 酒 しょうゆ		
	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	27.9	
27 火	つみれじる	魚	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		
	こくとうパン		小麦 乳			パン こくとう	589	
	牛乳	乳	牛乳					
	たまごロール		卵 大豆 小麦 りんご	たまご		だいす油 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		
28 水	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	ペシャメルソース 塩 チキンブイヨン こしょう スープストック	22.8	
	ごはん				こめ		588	焼津のじまんの食べもの「黒はんぺん」を磯辯揚げにしました。
	牛乳	乳	牛乳					
	くろはんぺんの いそべあげ	魚	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		
	だいすのいそに	魚	大豆 小麦	だいす 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	20.5	
29 木	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	じやがいもだんご かつおのもと しょうゆ 酒 塩		
	ごはん				こめ		572	すき焼きには旬の白菜が使われています。
	牛乳	乳	牛乳					
	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		
	そくせきづけ		大豆		キャベツ きゅうり たくあん しょうが			
30 金	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	584	茎わかめサラダを食べて、しっかり海藻をとりましょう。
	牛乳	乳	牛乳					
	タラのこうそうやき	魚	小麦 大豆	たら	バジル			
	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 バセリ	バター なまクリーム ペシャメルソース 塩 スープストック こしょう	23.8	

1月24日からの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、夕の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る。	
				
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会食することができている。	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大切さを知り、自分たちができることをしっかりと行っている。	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。	

