

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
1 木	ごはん				こめ		589	信田煮とは、 油揚げを 使った煮物 のこです。
	牛乳	乳	牛乳					
	しのだに	大豆 鶏肉 豚肉 小麦	あぶらあげ とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん	でんぶん さとう	しょうゆ 塩 みりん		
	やさいのごまあえ	ごま 小麦 大豆		キャベツ こまつな にんじん もやし	ごま さとう	しょうゆ		
	とんじる	豚肉 大豆 さば	とうふ ぶたにく みそ	たまねぎ だいこん にんじん はねぎ	じゃがいも	さばけずり にぼし		
2 金	アーモンドこさかな	アーモンド ごま 大豆 小麦	いわし		アーモンド さとう ごま	しょうゆ	603	ポトフには、 秋が旬のれ んこんが入っ ています。
	せわりパン	小麦 乳			パン			
	牛乳	乳	牛乳					
	たまごロール	卵 小麦 大豆	たまご		さとう でんぶん 油	す しょうゆ みりん 塩		
	やさそば	小麦 豚肉 いか りんご 大豆	ぶたにく いか	キャベツ たまねぎ にんじん もやし	ちゅうかめん 油	やさそばソース こしょう		
5 月	あきやさいのポトフ	豚肉 鶏肉	ウインナー とりにく	だいこん たまねぎ にんじん れんこん パセリ		チキンブイヨン コンソメ ワイン 塩 こしょう	28.6	
	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳			ちゅうのうソース しょうゆ ウスターソース ケチャップ 酒 ちゅうかスープ 塩		
	ソースカツ	豚肉 大豆 小麦 鶏肉 ごま	ぶたにく		油 でんぶん パンこ さとう			
	コーンサラダ			キャベツ とうもろこし きゅうり	コーンクリーミードレッシング			
6 火	すましじる	大豆 さば 小麦	とうふ かまぼこ	ほうれんそう たまねぎ えのきたけ		かつおのもと しょうゆ みりん 塩	21.7	
	はんかんごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	とりにくとだいずの そばろに	鶏肉 小麦 大豆	とりにく だいず	えだまめ	さとう	しょうゆ みりん 酒		
	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		
7 水	はるさめスープ	豚肉 鶏肉 ごま 大豆 小麦	ぶたにく	たまねぎ にんじん こまつな しょうが	はるさめ でんぶん	チキンブイヨン しょうゆ ちゅうかスープ 塩 こしょう	27.2	
	せわりパン	小麦 乳			パン			
	ブルーベリージャム			ブルーベリー	みずあめ さとう			
	牛乳	乳	牛乳					
	さけフライ	さけ 小麦	さけ		パンこ こむぎこ 油	塩 こしょう		
8 木	かぼちゃサラダ (マヨネーズ)	大豆 マヨ(卵 大豆 りんご)		かぼちゃ きゅうり えだまめ	マヨネーズ		584	10月10日は 目の愛護 デーです。
	やさいスープ	豚肉 小麦 大豆 鶏肉	ベーコン	たまねぎ ほうれんそう にんじん		チキンブイヨン しょうゆ コンソメ 塩		
	はんかんごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳			ハヤシルウ ワイン ちゅうのうソース チャツネ スープストック		
	ハヤシチュー	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 りんご	ぶたにく	たまねぎ にんじん	じゃがいも 油			
9 金	とうふナゲット	大豆 小麦 豚肉	とうふ 魚肉 とうにゅう	たまねぎ	さとう こむぎこ でんぶん 油	塩 ポークエキス	622	
	やさいサラダ			キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし	コールスロウドレッシング			
	マーガリンパン	小麦 乳			パン マーガリン			
	牛乳	乳	牛乳					
	チキンのハーブやき	鶏肉 大豆	とりにく	パセリ にんにく	でんぶん さとう オリーブ油	塩 しょうゆ チリパウダー マスタード こしょう ハーブ		
10 土	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		619	大富中学校の リクエスト 献立です。
	コーンポタージュ	乳 小麦 大豆 鶏肉	牛乳	とうもろこし たまねぎ にんじん パセリ	バター なまクリーム	ベシャメルソース 塩 スープストック こしょう		
	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	やきつくね	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 油	しょうゆ みりん 塩		
11 日	こんぶあえ	小麦 大豆	塩こんぶ	キャベツ きゅうり にんじん		塩	580	
	いもだんごじる	豚肉 大豆 さば	ぶたにく あぶらあげ みそ	だいこん にんじん はねぎ	じゃがいもだんご	さばけずり にぼし		
	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	かつおフライ	小麦	かつお		パンこ こむぎこ 油	塩 こしょう		
12 月	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 にんじん たまねぎ ほししいたけ	わふうドレッシング		616	大井川南小 学校のリク エスト献立と やいちゃん ランチです。
	かきたまじる	卵 大豆 さば 小麦	たまご とうふ なんと わかめ		でんぶん	かつおのもと しょうゆ 塩		
	なしゼリー			なし	さとう			
	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
13 火	とうふステーキみそだれかけ	大豆 鶏肉 小麦	とうにゅう とりにく みそ	しょうが	さとう 油 でんぶん	しょうゆ 酒	582	じゃがいもの 旬は、春と秋 の年2回あり ます。
	もやしとこまつなのあえもの	ごま 小麦 大豆	のり	こまつな もやし にんじん	ごま さとう	しょうゆ す		
	にくじゃが	豚肉 小麦 大豆	ぶたにく	たまねぎ にんじん さやいんげん	じゃがいも こんにゃく さとう 油	しょうゆ 酒		
	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					

○焼津市では、下記の食品を『アレルギー』欄に記載します。(令和8年度より改訂)

えび かに くるみ 小麦 そば 卵 乳 落花生 アーモンド あわび いか いくら オレンジ カシューナッツ
キウイフルーツ 牛肉 ごま さけ さば 大豆 鶏肉 バナナ 豚肉 マカダミアナッツ もも やまいも りんご ゼラチン

○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、どんぶりが付くメニューです。★『』のマークは、魚介類を使ったメニューです。★なると はやいちゃんのイラスト入りのなるとです。(アレルギーの小麦を含んでいます)

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		
								エネルギー (kcal)
たん白質(g)								
16 金	こくとうパン	小麦 乳			パン こくとう		576	タラの衣には、ポテフレックを使用しています。
	牛乳	乳	牛乳					
	タラの ポテフレックあげ 		タラ		じゃがいも でんぶん 油	塩 こしょう		
	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	24.9	
	ミネストローネ	小麦 豚肉 大豆 鶏肉	だいず ベーコン	たまねぎ にんじん トマト パセリ	マカロニ	コンソメ 塩 こしょう		
19 月	ごはん				こめ		577	ぎょうざには、焼津のじまんの食べものの「さば」が入っています。
	牛乳	乳	牛乳					
	さばカレーぎょうざ 	豚肉 さば 大豆 小麦	ぶたにく さば	キャベツ にんにく しょうが	油 こむぎこ さとう	カレールウ しょうゆ 塩 こしょう		
	パンサンスー	小麦 大豆 ごま		キャベツ きゅうり にんじん	はるさめ さとう ごま ごま油	しょうゆ す 塩 からし チキンブイヨン 酒 塩 ちゅうかスープ こしょう オイスターソース		
	ちゅうかスープ 	豚肉 鶏肉 ごま 大豆 小麦	ぶたにく なんと	たまねぎ チンゲンさい にんじん とうもろこし ねぶかねぎ				
20 火	キャラットパン	小麦 乳		にんじん	パン マーガリン		576	マーマレードは、かんきつ類のジャムのことです。
	牛乳	乳	牛乳					
	とりにくの マーマレードやき	鶏肉 オレンジ 大豆	とりにく		マーマレード でんぶん	塩		
	やさいとツナのソテー 	鶏肉 豚肉	まぐろ	もやし こまつな	油	コンソメ 塩 こしょう		
	やさいとウインナーのスープ	豚肉 鶏肉	ウインナー	たまねぎ キャベツ にんじん	じゃがいも	チキンブイヨン コンソメ 塩 こしょう		
21 水	ごはん				こめ		572	きのこにはおなかをきれいにしてくれる食物繊維が多く入っています。
	牛乳	乳	牛乳			デミグラスソース ケチャップ ちゅうのうソース ワイン しょうゆ 塩		
	ハンバーグ きのこソース	鶏肉 豚肉 大豆 牛肉 小麦	とりにく ぶたにく	たまねぎ えのきたけ マッシュルーム にんにく しょうが	油 さとう	しょうゆ 塩		
	アーモンドあえ	小麦 大豆 アーモンド		こまつな もやし にんじん	アーモンド さとう	しょうゆ		
	とうふのみそしる	大豆 さば	とうふ あぶらあげ みそ わかめ	だいこん たまねぎ		さばけずり にぼし		
22 木	ちゅうかめん	小麦 乳	牛乳		めん		571	ラーメンスープには、かつおと煮干しの出汁と、やいちゃん入ります。 
	牛乳	乳	牛乳			しょうゆラーメンスープ かつおのもと にぼし 酒		
	やいづラーメンスープ 	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 さば	ぶたにく ㊦なんと	チンゲンさい もやし にんじん ねぶかねぎ とうもろこし メンマ				
	あげしゅうまい	豚肉 小麦	ぶたにく	たまねぎ しょうが	パンこ でんぶん こむぎこ さとう 油	塩		
	きゅうりの ごまじょうゆあえ	ごま 小麦 大豆		きゅうり	さとう ごま ごま油	しょうゆ す 塩		
23 金	ごはん				こめ		580	ちくわの衣にすりおろしたにんじんを加えて、秋の紅葉をイメージしました。 
	牛乳	乳	牛乳					
	ちくわのもみじあげ 	小麦	ちくわ	にんじん	こむぎこ でんぶん 油			
	れんこんのきんぴら 	豚肉 小麦 大豆 ごま	ぶたにく さつまあげ	れんこん にんじん さやいんげん	こんにゃく さとう 油 ごま油	しょうゆ みりん		
	のっぺいじる	鶏肉 大豆 さば 小麦	とりにく あぶらあげ	だいこん にんじん ねぶかねぎ ほししいたけ	さとも でんぶん	かつおのもと さばけずり しょうゆ 酒 塩		
26 月	はんかんごはん				こめ		630	食材がわかるように、名前を「即席漬け」から「たくあんあえ」に変えました。 
	牛乳	乳	牛乳			カレールウ スープストック ちゅうのうソース チャツネ こしょう		
	チキンカレー	鶏肉 小麦 大豆 乳 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			
	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		
	たくあんあえ	大豆		キャベツ きゅうり たくあん しょうが				
27 火	ごはん				こめ		574	あじは、漢字で「鰺」と書きます。 
	牛乳	乳	牛乳			塩 こうじ		
	あじのこうじやき 		あじ					
	ひじきとコーンのサラダ (ごまドレッシング)	ドレ(ごま)	ひじき	とうもろこし きゅうり にんじん	ごまドレッシング			
	みだくさんじる	鶏肉 大豆 さば	とうふ とりにく あぶらあげ みそ	ごぼう にんじん はねぎ	じゃがいも	さばけずり にぼし		
28 水	マーガリンパン	小麦 乳			パン マーガリン		609	チンゲン菜は静岡県で多く作られている野菜の一つです。
	牛乳	乳	牛乳					
	トマトボークチャップ	豚肉 大豆 小麦 鶏肉	ぶたにく	たまねぎ トマト エリンギ ピーマン にんにく	でんぶん 油 さとう	ケチャップ スープストック ちゅうのうソース 塩 こしょう		
	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			
	とりにくとやさいのスープ	鶏肉 豚肉	とりにく	たまねぎ チンゲンさい にんじん		チキンブイヨン コンソメ 塩 こしょう		
29 木	ごはん				こめ		575	
	牛乳	乳	牛乳					
	にくだんごの チリソースあえ	鶏肉 小麦 乳 ごま 大豆 卵 りんご	とりにく たまご	たまねぎ ねぶかねぎ	パンこ さとう 油	ケチャップ チリソース しょうゆ 塩		
	くきわかめサラダ		くきわかめ	キャベツ きゅうり にんじん		あおじそドレッシング		
	ワンタンスープ	小麦 豚肉 大豆 ごま 鶏肉	ぶたにく みそ	たまねぎ チンゲンさい たけのこ にんじん しょうが	こむぎこ でんぶん 油 さとう	チキンブイヨン しょうゆ ちゅうかスープ 塩		
30 金	ごはん				こめ		588	旬の里芋を煮物にしました。
	牛乳	乳	牛乳					
	くろはんべんの 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			
	さといものにも	鶏肉 大豆 小麦	とりにく	にんじん えだまめ ほししいたけ	さとも さとう 油	しょうゆ みりん		
	ちゃんこじる	豚肉 大豆 小麦 さば	とうふ ぶたにく	ごぼう もやし しめじ ねぶかねぎ	こんにゃく	しょうゆ かつおのもと みりん 酒 塩		