

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		
1 木	ごはん				こめ		790	竹輪の衣に、 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					
	竹輪の紅葉揚げ 	小麦	ちくわ	にんじん	こむぎこ てんぷん 油		31.3	
	れんこんの金平 	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	こんにやく さとう 油 ごま油	しょうゆ みりん		
	のっぺい汁	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	さといも てんぷん	かつおのもと さばけずり しょうゆ 酒 塩		
2 金	ごはん				こめ		793	
	牛乳	乳	牛乳					
	肉団子の 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	28.8	
	荳わかめサラダ		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 てんぷん 油 さとう	チキンブイヨン しょうゆ ちゅうかスープ 塩		
5 月	背割りパン	小麦 乳			パン		798	ポトフには、 秋が旬のれ んこんが入っ ています。 
	牛乳	乳	牛乳					
	たまごロール	卵 小麦 大豆	たまご		さとう てんぷん 油	す しょうゆ みりん 塩	36.2	
	焼きそば 	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	やきそばソース こしょう		
	秋野菜のポトフ	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		
6 火	ごはん				こめ		750	あじは、漢字 で「鰺」と書 きます。 
	牛乳	乳	牛乳					
	あじのこうじ焼き 		あじ			塩 こうじ	33.3	
	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			
	実だくさん汁	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		
7 水	飯缶ごはん				こめ		803	
	牛乳	乳	牛乳					
	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	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	25.2	
	豆腐ナゲット 	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 てんぷん 油	塩 ポークエキス		
	野菜サラダ			キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし	コールスロードレッシング			
8 木	背割りパン	小麦 乳			パン		757	10月10日 は目の愛護 デーです。 
	牛乳	乳	牛乳					
	ブルーベリージャム			ブルーベリー	みずあめ さとう		31.3	
	鮭フライ 	さけ 小麦	さけ		パンこ こむぎこ 油	塩 こしょう		
	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			
	野菜スープ	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		
9 金	ごはん				こめ		739	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	23.0	
	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		
	中華スープ 	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				
13 火	マーガリンパン	小麦 乳			パン マーガリン		826	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					
	トマトポークチャップ	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	てんぷん 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	32.4	
	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			
	鶏肉と野菜のスープ	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		
14 水	ごはん				こめ		771	きのこには おなかをき れいにしてく れる食物纖 維が多く入っ ています。
	牛乳	乳	牛乳					
	ハンバーグ	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	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	31.3	
	きのこソース	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		
	アーモンドあえ							
	豆腐のみそ汁	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		
15 木	中華めん	小麦			めん		739	ラーメンス ープには、かつ おと煮干しの 出汁と、やい ちゃんなんと が入ります。 
	牛乳	乳	牛乳					
	焼津ラーメンスープ 	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 さば	ぶたにく ㊦なると	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		しょうゆラーメンスープ かつおのもと にぼし 酒	34.6	
	揚げしゅうまい	豚肉 小麦	ぶたにく	たまねぎ しょうが	パンこ てんぷん 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		

○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)

令和8年10月 学校給食献立表 北棟4

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	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 も な 働 き	調味料	エネルギー (kcal) たん白質(g)	備考
16 金	飯缶ごはん				こめ				
	牛乳	乳	牛乳					765	鶏肉と大豆のそぼろ煮をごはんにかけて食べましょう。
	鶏肉と大豆のそぼろ煮	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		33.8	
19 月	春雨スープ	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			
	キャロットパン	小麦 乳		にんじん	パン マーガリン			790	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						
	鶏肉のマーマレード焼き	鶏肉 オレンジ 大豆	とりにく		マーマレード でんぶん	塩		30.3	
20 火	野菜とツナのソテー	鶏肉 豚肉	まぐろ	もやし こまつな	油	コンソメ 塩 こしょう			
	野菜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			
	ごはん	乳	牛乳		こめ			802	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。
	牛乳	乳	牛乳						
21 水	かつおフライ	小麦	かつお		パンこ こむぎこ 油	塩 こしょう			
	和風おかかサラダ		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			31.7	
	かきたま汁	卵 大豆 さば 小麦	たまご とうふ なんと わかめ	にんじん たまねぎ ほししいたけ	でんぶん	かつおのもと しょうゆ 塩			
	梨ゼリー			なし	さとう				
22 木	飯缶ごはん				こめ				
	牛乳	乳	牛乳					840	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。
	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	カレールー スープストック ちゅうのうソース チャツネ こしょう		27.3	
	厚焼きたまご	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			
23 金	ごはん				こめ				
	牛乳	乳	牛乳					776	信田煮とは、油揚げを使った煮物のことです。
	信田煮	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			
	野菜のごまあえ	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		31.5	
26 月	豚汁	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			
	アーモンド小鱼	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			
	マーガリンパン	小麦 乳			パン マーガリン			830	大富中学校の リクエスト 献立です。
	牛乳	乳	牛乳						
27 火	チキンのハーブ焼き	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		29.5	
	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				
	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			764	
28 水	牛乳	乳	牛乳						
	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	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		27.0	
	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				
	すまし汁	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			
29 木	ごはん				こめ				
	牛乳	乳	牛乳					750	旬の里芋を煮物にしました。
	黒はんぺんの磯辺揚げ	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				
	里芋の煮物	鶏肉 大豆 小麦	とりにく	にんじん えだまめ ほししいたけ	さいとも さとう 油	しょうゆ みりん		27.8	
30 金	ちゃんこ汁	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			
	ごはん				こめ				
	牛乳	乳	牛乳					747	
	焼きつくね	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		29.5	
29 木	昆布あえ	小麦 大豆	塩こんぶ	キャベツ きゅうり にんじん		塩			
	いも団子汁	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			
	黒糖パン	小麦 乳			パン こくとう			776	タラの衣には、ポテトフ레이크を使用しています。
	牛乳	乳	牛乳						
30 金	タラのポテトフ레이크揚げ		タラ		じゃがいも でんぶん 油	塩 こしょう		31.6	
	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			
	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			
	ごはん				こめ			779	じゃがいもの旬は、春と秋の年2回あります。
30 金	牛乳	乳	牛乳						
	豆腐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		30.3	
	もやしと小松菜のあえもの	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			
	肉じゃが	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			