

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)	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	ちゅうかめん	小麦			めん		57.1	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					
	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	27.6	
	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		
2 金	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	62.2	
	はんかんごはん	小麦 乳	牛乳		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	20.9	
	ハヤシシチュー	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			
5 月	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	58.4	10月10日 は目の愛護 デーです。
	やさいサラダ			キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし	コールスロートレッシング			
	せわりパン	小麦 乳			パン		24.6	
	ブルーベリージャム			ブルーベリー	みずあめ さとう			
6 火	牛乳	乳	牛乳				57.7	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。
	さけフライ	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		19.3	
	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		
7 水	ごはん				こめ		61.9	大富中学校 のリクエスト 献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	マーマリンパン	小麦 乳			パン マーマリン		24.6	
	牛乳	乳	牛乳					
8 木	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	57.4	あじは、漢字 で「鰺」と書 きます。
	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			
	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	ベシメルソース 塩 スープストック こしょう	27.0	
	ごはん				こめ			
9 金	牛乳	乳	牛乳				58.0	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。
	あじのこうじやき		あじ			塩 こうじ		
	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		24.3	
	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		
13 火	ごはん				こめ		63.0	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					
	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	カレーウ スープストック ちゅうのうソース チャツネ こしょう	22.0	
	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		
14 水	たくあんあえ	大豆		キャベツ きゅうり たくあん しょうが			60.9	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。
	マーマリンパン	小麦 乳			パン マーマリン			
	牛乳	乳	牛乳				25.2	
	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	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		
15 木	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		57.2	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。
	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		
	ごはん				こめ		24.8	
	牛乳	乳	牛乳					
15 木	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	24.8	
	きのこソース							
	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	24.8	
	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		

○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。★『』のマークは、はいちや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 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)	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			たん白質(g)	
16 金	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				
19 月	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			22.3	
	こくとうパン	小麦 乳							パン こくとう								
	牛乳	乳	牛乳														
	タラの ポテトフレークあげ		タラ						じゃがいも でんぶん 油				塩 こしょう				
20 火	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	タラの衣に は、ポテトフ レークを使用 しています。
	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								
	牛乳	乳	牛乳														
21 水	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			589	信田煮とは、 油揚げを使 った煮物の ことです。
	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			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				
	アーモンドこざかな	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				
22 木	せわりパン	小麦 乳							パン							603	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 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				
23 金	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														
	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				
24 土	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			24.2	じゃがいもの 旬は、春と秋 の年2回あり ます。
	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														
25 日	くろはんぺんの いそべあけ	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							588	旬の里芋を 煮物にしまし た。
	ざいものにももの	鶏肉 大豆 小麦	とりにく			にんじん えだまめ ほししいたけ			ざいもの 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				
	ごはん								こめ								
26 月	牛乳	乳	牛乳													575	
	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				
	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				
27 火	キャロットパン	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				
28 水	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			23.7	
	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				
29 木	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				
	はんかんごはん								こめ								
	牛乳	乳	牛乳														
30 金	とりにくのだいずの 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			583	鶏肉と大豆 のそばろ煮 をごはんにか けて食べま しょう。
	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				
	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				
	ごはん								こめ								
31 土	牛乳	乳	牛乳													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。
	かつおフライ	小麦	かつお						パンこ こむぎこ 油				塩 こしょう				
	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								
	かきたまじる	卵 大豆 さば 小麦	たまご とうふ なるど 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				
32 日	なしゼリー					なし			さとう							25.6	
	ごはん								こめ								