

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) たんぱく質(g)	備考
1 木	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳				582	
	とうふステーキみそだれかけ	大豆 鶏肉 小麦	とうふ ゆう とり にく みそ	しょうが	さとう 油 でんぶん	しょうゆ 酒		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	24.2	
2 金	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		
	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		584	10月10日は目の愛護デーです。
	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		
5 月	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		24.6	
	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		
	ごはん				こめ			
6 火	牛乳	乳	牛乳				574	
	あじのこうじやき 		あじ			塩 こうじ		あじは、漢字で「鰯」と書きます。
	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		27.0	
	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		
7 水	マーガリンパン 	小麦 乳			パン マーガリン		619	大富中学校のリクエスト献立です。
	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	24.6	
	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			
8 木	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	ベシヤメルソース 塩 スープストック こしょう		
	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳				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		
9 金	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		21.7	
	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		
	ちゅうかめん	小麦 乳			めん			
	牛乳	乳	牛乳				571	ラーメンスープには、かつおと煮干しの出汁と、やいちゃんなどが入ります。
10 土	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		
	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		
	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。
11 日	牛乳	乳	牛乳				22.0	
	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	カレールウ スープストック ちゅうのうソース チャツネ こしょう		
	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				
12 月	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳				580	
	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			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。
	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	24.3	
13 火	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	さといも でんぶん	かつおのもと さばけずり しょうゆ 酒 塩		
	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳				589	
	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		信田煮とは、油揚げを使った煮物のことです。
14 水	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 たまねぎ だいこん にんじん はねぎ	ごま さとう	しょうゆ	25.7	
	とんじる	豚肉 大豆 さば	とうふ ぶたにく みそ		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		
	マーガリンパン	小麦 乳			パン マーガリン			
15 木	牛乳	乳	牛乳				609	
	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		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		25.2	
	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		

○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	ごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ		588	旬の里芋を 煮物にしまし た。
	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 でんぶん 油			
	さいともものにも	鶏肉 大豆 小麦	とりにく	にんじん えだまめ ほしいたけ	さいとも さとう 油	しょうゆ みりん	23.4	
	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		
19 月	はんかんごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ		622	
	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		
	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	20.9	
	やさしいサラダ			キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし	コールスロードレッシング			
20 火	こくとうパン 牛乳	小麦 乳 乳	牛乳		パン こくとう		576	タラの衣に は、ポテトフ レークを使用 しています。
	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		
	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 バセリ	マカロニ	コンソメ 塩 こしょう		
21 水	ごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ		572	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。
	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	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		
	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		
22 木	ごはん 牛乳	乳	牛乳		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。
	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 からしこ 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	19.3	
	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				
23 金	ごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ		575	
	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		あおじろドレッシング	22.3	
	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		
26 月	せわりパン 牛乳	小麦 乳 乳	牛乳		パン		603	ポトフには、 秋が旬のれ んこんが入っ ています。
	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	28.6	
	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 バセリ		チキンブイヨン コンソメ ワイン 塩 こしょう		
27 火	ごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ		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 なんと わかめ	にんじん たまねぎ ほしいたけ	でんぶん	かつおのもと しょうゆ 塩	25.6	
	なしゼリー			なし	さとう			
28 水	はんかんごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ		583	鶏肉と大豆 のそぼろ煮 をごはんに かけて食べ ましょう。 
	とりにくとだいずの そぼろに	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	27.2	
	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		
29 木	ごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ		580	
	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		
	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	25.0	
	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		
30 金	キャロットパン 牛乳	小麦 乳 乳	牛乳		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。
	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		
	やさしいツナのソテー 	鶏肉 豚肉	まぐろ	もやし こまつな	油	コンソメ 塩 こしょう	23.7	
	やさしい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		