

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			
	牛乳	乳	牛乳				779	
	豆腐ステーキみそだれかけ	大豆 鶏肉 小麦	とうもろこし 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	30.3	
2 金	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		
	背割りパン	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		757	10月10日は目の愛護デーです。
	牛乳	乳	牛乳					
	鮭フライ	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		31.3	
	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		
	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳				750	
6 火	あじのこうじ焼き		あじ			塩 こうじ		あじは、漢字で「勝」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		33.3	
	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		
	マーガリンパン	小麦 乳			パン マーガリン			
7 水	牛乳	乳	牛乳				830	大富中学校のリクエスト献立です。
	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		
	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		29.5	
	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		
8 木	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳				764	
	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		27.0	
9 金	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		
	中華めん	小麦			めん			
	牛乳	乳	牛乳				739	ラーメンスープには、かつおと煮干しの出汁と、やいちゃんなどが入ります。
	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		
10 土	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 でんぶん こむぎこ さとう 油	塩	34.6	
	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		
	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。
11 日	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		
	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	27.3	
	たくあんあえ	大豆		キャベツ きゅうり たくあん しょうが				
	ごはん				こめ			
12 月	牛乳	乳	牛乳				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。
	竹輪の紅葉揚げ	小麦	ちくわ	にんじん	こむぎこ でんぶん 油			
	れんごんの金平	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	こんにゃく さとう 油 ごま油	しょうゆ みりん	31.3	
	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 でんぶん	かつおのもと さばけずり しょうゆ 酒 塩		
13 火	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	
14 水	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		
	アーモンド小魚	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			
	牛乳	乳	牛乳				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。
15 木	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		
	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		32.4	
	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		

○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)

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			
16 金	ごはん				こめ		750		
	牛乳	乳	牛乳						
	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	さといも さとう 油	しょうゆ みりん			
	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	27.8		
19 月	飯缶ごはん				こめ		803		
	牛乳	乳	牛乳						
	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	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			
	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 でんぶん 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	コールスロートレッシング		25.2		
20 火	黒糖パン	小麦 乳			パン こくとう		776	タラの衣には、ポテトフ レークを使用 しています。	
	牛乳	乳	牛乳						
	タラのポテトフレーク揚げ		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			
	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	31.6		
21 水	ごはん				こめ		771	きのこには おなかをさ いれにしてく 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				
	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			
	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	31.3		
22 木	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			
	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 ちキンブイヨン 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			23.0		
23 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			
	茎わかめサラダ		くきわかめ	キャベツ きゅうり にんじん		あおじどレッシング			
	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	28.8		
26 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 でんぶん 油	す しょうゆ みりん 塩			
	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	36.2		
27 火	ごはん				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						
	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				
	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	31.7		
	梨ゼリー			なし	さとう				
28 水	飯缶ごはん				こめ		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。	
	牛乳	乳	牛乳						
	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			
	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	33.8		
29 木	ごはん				こめ		747		
	牛乳	乳	牛乳						
	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			
	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	29.5		
30 金	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			
	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	30.3		