







令和元年7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 | | |
| 1月 | ごはん | | | | 米 | | 588 | 七タ献立です。七タ汁には、天の川に見立てたそうめんかまぼこと星に見立てたオクラが入っています。 |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | ほしがたハンバーグ | 小麦 大豆 鶏 豚 | とりにく ぶたにく | たまねぎ しょうが にんにく | さとう でんぶん | しょうゆ みりん 塩 | | |
| | そくせきづけ | 大豆 | | キャベツ きゅうり たくあんづけ しょうが | | | | |
| | たなばたじる | 大豆 さば 小麦 | とうふ かまぼこ | にんじん たまねぎ ほししいたけ オクラ | でんぶん | かつおのもと しょうゆ さけ 塩 | | |
| たなばたデザート | | | ぶどう レモン みかん | さとう | | | | |
| 2火 | ごはん | | | | 米 | | 627 |  |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | さばのこうじやき | さば | さば | | | こうじ 塩 みりん | | |
| | きんぴらごぼう | 豚 大豆 ごま 小麦 | ぶたにく さつまあげ | ごぼう にんじん こんにやく さやいんげん | さとう 油 ごま油 | みりん しょうゆ わふうだしのもと | | |
| かきたまじる | 卵 大豆 さば 小麦 | たまご とうふ | にんじん たまねぎ ほうれんそう | でんぶん | かつおのもと しょうゆ 塩 | | 25.2 | |
| 3水 | ちゅうかめん | 小麦 | | | めん | | 615 |  |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | しょうが にんにく にんじん キャベツ | | | | |
| | ちゃんぽんめん | 豚 えび ごま 鶏 大豆 小麦 | ぶたにく なると えび | チンゲンさい ほししいたけ メンマ とうもろこし | 油 ごま油 | とんこつラーメンスープ 塩 こしょう ちゅうかスープのもと さけ | | |
| | スープ | | | | | | | |
| | にらまんじゅう | 豚 小麦 大豆 | ぶたにく | キャベツ にら しろねぎ にんにく しょうが | こむぎこ | しょうゆ 塩 | | |
| ひじきサラダ (ごまドレッシング) | 大豆 小麦 ドレ(ごま 小麦 大豆) | ひじき | たけのこ にんじん えだまめ | さとう ごまドレッシング | みりん しょうゆ | | 26.9 |  |
| 4木 | ごはん | | | | 米 | | 618 | 今の時季が旬の冬瓜をスープに入れました。 |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | レバーいりユーリンチー | 鶏 大豆 ごま 小麦 | とりにく とりレバー | しろねぎ | でんぶん 油 ごま油 さとう | しょうゆ 一味とうがらし す | | |
| | あさづけ | 大豆 小麦 | こんぶ | キャベツ きゅうり にんじん | | 塩 | | |
| とうがなんスープ | 豚 小麦 大豆 鶏 ごま | ぶたにく | しめじ にんじん とうがなん はねぎ | | こしょう しょうゆ チキンブイオン ちゅうかスープのもと 塩 | | 23.5 | |
| 5金 | せわりパン | 小麦 乳 大豆 | | | パン | | 586 |  |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | ブルーベリージャム | | | | ジャム | | | |
| | ウインナーいりたまごロール | 卵 豚 小麦 大豆 | たまご ウインナー | | さとう でんぶん 油 | しょうゆ みりん 塩 かつおこんぶだし す 塩 こしょう コンソメスープ | | |
| やさしいソテー | 豚 鶏 | ベーコン | キャベツ にんじん ほうれんそう | 油 | チキンブイオン 塩 こしょう ちゅうかスープのもと | | 23.7 | |
| にくだんごのスープ | 鶏 豚 小麦 大豆 ごま | とりにく ぶたにく | たまねぎ にんじん ほししいたけ チンゲンさい | パンこ | | | | |
| 8月 | ごはん | | | | 米 | | 595 | 焼津中学校のリクエスト献立です。 |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | ぶたにくとキムチの いためもの | 豚 りんご 小麦 大豆 さば ごま | ぶたにく | はくさいキムチ たまねぎ にら | ごま油 | しょうゆ トウバンジャン | | |
| | やさしいナムル | ごま 小麦 大豆 | | ほうれんそう もやし にんじん | ごま ごま油 | しょうゆ | | |
| ちゅうかスープ | 豚 卵 小麦 大豆 鶏 ごま | ベーコン うずらたまご なると | にんじん キャベツ チンゲンさい | | オイスターソース チキンブイオン さけ 塩 こしょう ちゅうかスープのもと | | 24.4 | |
| 9火 | こくとうパン | 小麦 乳 大豆 | | | パン こくとう | | 626 |  |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | ポークビーンズ | 豚 大豆 小麦 鶏 | ぶたにく だいず | たまねぎ にんじん | さとう 油 | トマトケチャップ ワイン スープストック ちゅうのうソース | | |
| | コーンフライ | 小麦 大豆 | | とうもろこし | 油 こむぎこ パンこ さとう | 塩 | | |
| かいそうサラダ (青じそドレッシング) | ドレ(小麦 大豆 りんご 豚) | かいそう | キャベツ きゅうり | | 青じそドレッシング | | 25.1 | |
| 10水 | ごはん | | | | 米 | | 586 | とりそぼろ丼の具は、ご飯にのせて食べましょう。 |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | とりそぼろどんぐ | 鶏 卵 小麦 大豆 | とりにく たまご | しょうが えだまめ | さとう 油 | しょうゆ みりん 塩 | | |
| | ゆかりあえ | | | キャベツ きゅうり | | ゆかりこ 塩 | | |
| すましじる | 大豆 小麦 さば | とうふ | ほうれんそう にんじん えのきたけ | | しょうゆ みりん かつおのもと 塩 | | 27.6 | |
| 11木 | ごはん | | | | 米 | | 590 |  |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | さけふりかけ | ごま さけ 大豆 | | | | ふりかけ | | |
| | ちくわのカレーあげ | 小麦 | ちくわ | | こむぎこ でんぶん 油 | カレーこ | | |
| やさしいアーモンドあえ | 小麦 大豆 | | こまつな にんじん キャベツ | アーモンド さとう | しょうゆ | | 24.8 | |
| ちゃんこじる | 豚 大豆 小麦 さば | ぶたにく とうふ | ごぼう もやし こんにやく しめじ しろねぎ | | さけ 塩 しょうゆ みりん かつおのもと | | | |
| 12金 | ミルクパン | 小麦 乳 大豆 | | | パン さとう マーガリン | | 578 | 大井川東小学校のリクエスト献立です。 |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | にくだんごの デミグラスソース | 小麦 牛 大豆 豚 鶏 | ぶたにく とりにく | たまねぎ | さとう パンこ でんぶん | トマトケチャップ ちゅうのうソース デミグラスソース ワイン 塩 | | |
| | カラフルサラダ (イタリアンドレッシング) | | | キャベツ きゅうり パプリカ | イタリアンドレッシング | | | |
| トマトとたまごのスープ | 豚 卵 鶏 | ベーコン たまご | たまねぎ にんじん トマト パセリ | でんぶん | 塩 こしょう コンソメスープ | | 21.4 | |

○焼津市では、下記の食品を『アレルギー物質』欄に記載します。

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

○物資の購入の都合により献立や使用材料を変更することがあります。

『』のマークは、魚介類を使ったメニューです。

★『』のマークは、どんぶりが付くメニューです。

| 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) たん白質(g) | 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 火 | ごはん | | | | 米 | | 578 | うめに含まれているクエン酸には、疲労回復効果があります。 | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | | |
| | いわしのうめ | 小麦 大豆 | いわし | うめ | さとう でんぶん | しょうゆ みりん 塩 | | | |
| | こまつなともやしのりあえ | 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 | | | 24.0 |
| | とんじる | 豚 大豆 さば | ぶたにく みそ | たまねぎ ごぼう にんじん はねぎ | じゃがいも | にぼし さばうすけずり | | | |
| 17 水 | メープルパン | 小麦 乳 大豆 | | | パン メープルシュガー | | 630 | さけは、日本でよく食べられている魚のひとつで、さけの赤い身には栄養がたっぷりです。 | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | | |
| | さけフライ(ソース) | さけ 小麦 | さけ | | 油 パンこ こむぎこ | ちゅうのうソース 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 塩 | | | 24.5 |
| | コーンポタージュ | 乳 小麦 大豆 鶏 | 牛乳 | とうもろこし にんじん たまねぎ パセリ | バター 生クリーム | ベシメルソース スープストック 塩 こしょう | | | |
| 18 木 | ごはん | | | | 米 | | 590 | やいちゃんランチの日です。 | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | | |
| | くろはんべんフライ | さば 大豆 小麦 | くろはんべん | | こむぎこ パンこ 油 | | | | |
| | おかか | 小麦 大豆 | ちくわ かつおぶし | たけのこ にんじん ごぼう しめじ さやいんげん | さとう | しょうゆ みりん わふうだしのもと | | | 22.4 |
| | みそしる | 大豆 さば | とうふ わかめ 油あげ みそ | たまねぎ えのきたけ | | にぼし さばうすけずり | | | |
| 19 金 | ごはん | | | | 米 | | 605 |  | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | | |
| | マーボーはるさめ | 豚 ごま 小麦 大豆 鶏 ごま | ぶたにく | たまねぎ にんじん キャベツ たけのこ はねぎ ほししいたけ しょうが | はるさめ ごま油 油 さとう でんぶん | トウバンジャン しょうゆ オイスターソース ちゅうかスープのもと 塩 | | | |
| | えびしゅうまい | えび 小麦 | えび たら | たまねぎ | パンこ でんぶん さとう こむぎこ | 塩 | | | 21.5 |
| | きゅうりのひたひた | ごま 小麦 大豆 | かつおぶし | きゅうり | さとう ごま油 | しょうゆ す 一味とうがらし | | | |
| 22 月 | アップルパン | 小麦 乳 大豆 りんご | | | りんご | パン | 614 |  | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | | |
| | わかどりのてりやき | 鶏 大豆 | とりにく | | さとう | しょうゆ みりん す こしょう 塩 | | | |
| | スパゲティンテ | 豚 小麦 鶏 | ウインナー | たまねぎ にんじん パセリ | スパゲティ 油 | 塩 こしょう トマトケチャップ ちゅうのうソース コンソメスープ | | | 28.2 |
| | やさいスープ | 豚 小麦 大豆 鶏 | ベーコン | たまねぎ ほうれんそう にんじん とうもろこし | | しょうゆ コンソメスープ チキンブイヨン 塩 | | | |
| 23 火 | ごはん | | | | 米 | | 604 | 旬のかぼちゃを使ったサラダです。 | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | | |
| | あじのみりんしょうゆやき | 小麦 大豆 | あじ | | さとう | しょうゆ 塩 | | | |
| | 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 | 塩 こしょう さばうすけずり | | | 25.4 |
| | みだくさんじる | 鶏 大豆 さば | とりにく みそ | だいこん ごぼう はねぎ にんじん こんにゃく しめじ | | にぼし | | | |
| | れいとうみかん | | | みかん | | | | | |
| 24 水 | はんかんごはん | | | | 米 | | 676 | 夏野菜がたくさん入ったカレーです。 | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | | |
| | なつやさいカレー | 豚 乳 小麦 りんご 大豆 鶏 | ぶたにく チーズ | なす ピーマン たまねぎ にんじん かぼちゃ トマト にんにく しょうが | 油 | こしょう スープストック カレーフレーク カレーこ ちゅうのうソース ワイン | | | |
| | チキンカツ | 鶏 小麦 | とりにく | | 油 パンこ こむぎこ でんぶん | 塩 こしょう | | | 23.7 |
| | はりはりづけ | ごま 小麦 大豆 | | きりぼしだいこん にんじん きゅうり | ごま油 さとう | す しょうゆ | |  | |



焼津市学校給食センター見学会のご案内



焼津市学校給食センターでは、調理作業を実施していない夏季休業中に調理場内の一般公開をします。

今年度も、給食に関して広く知り理解を深めてもらうために、小中学校の児童生徒や保護者の方などを対象に、施設見学を下記の通り実施いたします。お気軽にお越しください。

- 日時 8月1日(木) 1回目: 10時00分~11時00分
2回目: 13時30分~14時30分
- 内容 ①施設概要説明
DVDにて、普段の調理作業の様子を見ていただきます。
②調理場内見学
約12,000食分を作る給食センターならではのさまざまな調理器具や機械を間近に見たり、撮影したりすることができます。
- 申し込み等
 - 申し込み手続きは必要ありません。
 - 直接、給食センターにお越しください。
 - 小学生は保護者同伴でご参加ください。
 - 駐車場は、駐車台数に限りがあるため、車でご来場の際は極力乗り合いにてお越しください。
 - 参加費は無料です。

