



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		
1 火	こめこいりパン(りんごジャム)	小麦 乳 大豆(りんご)			こめこいりパン りんごジャム		665 24.7	ソテーに焼津の自まんの食べもの「しらす」が入っています。
	牛乳	乳	牛乳					
	ハムチーズフライ	乳 小麦 大豆 鶏 豚	ぶたにく とりにく チーズ	たまねぎ	パンこ こむぎこ あぶら さとう	塩 香辛料		
	やさいとじゃこのソテー 	鶏 豚	しらす	こまつな もやし とうもろこし	あぶら	塩 こしょう コンソメスープ		
	ラビオリスープ	小麦 鶏 豚	ベーコン ぶたにく	キャベツ たまねぎ にんじん	こむぎこ あぶら	塩 こしょう コンソメスープ チキンアイソ		
2 水	ごはん				こめ		653 25.8	鶏肉とレバーをチリソースで味つけします。
	牛乳	乳	牛乳					
	とりにくとレバーのチリソースあえ	鶏 小麦 大豆 りんご ごま	とりにく とりレバー	しろねぎ にんにく しょうが	でんぷん あぶら さとう ごまあぶら	トマトケチャップ チリソース		
	やさいのナムル	大豆 小麦 ごま		ほうれんそう もやし にんじん	ごま ごまあぶら	しょうゆ		
	えびだんごスープ 	えび 小麦 大豆 卵 乳 鶏 ごま 豚	えび たまご すけそうだら	はくさい たまねぎ いらほししいたけ	でんぷん あぶら	塩 しょうゆ こしょう ちゅうかさスープの素 チキンアイソ		
	いちご			いちご				
3 木	はんかんすめし				こめ さとう	酢 塩	673 27.8	ひな祭りにちなんだ献立です。 
	牛乳	乳	牛乳					
	ごもくずしのぐ 	えび 大豆 小麦	あぶらあげ さくらえび	たけのこ れんこん にんじん ほししいたけ	さとう	しょうゆ みりん 和風だしの素		
	さわらのさいきょうやき 	大豆	さわら みそ		さとう	みりん 酒		
	すましじる 	大豆 さば 小麦	とうふ かまぼこ	ほうれんそう えのきたけ		さばうすけずり かつおの素 しょうゆ みりん 塩		
	ひなあられ		こんぶ あおのり		こめ さとう でんぷん			
4 金	ソフトめん	小麦			ソフトめん		672 27.8	コーヒーの素を入れてコーヒー牛乳にして飲みましょう。 
	牛乳 コーヒーのもと	乳	牛乳					
	ミートソース	小麦 鶏 牛 豚 大豆 乳	ぎゅうにく ぶたにく みそ	たまねぎ にんじん にんにく	あぶら さとう	コーヒーのもと トマトピューレ トマトケチャップ スープストック あかワイン こしょう		
	いかドーナツフライ 	いか 卵 乳 大豆 小麦	すけそうだら いか たまご あおさ	たまねぎ	あぶら でんぷん さとう パンこ こむぎこ	ベシヤメルソース ハヤシルウ 塩 香辛料		
	かいそうサラダ (あおじそドレッシング)	トレ(大豆 小麦 りんご 豚)	かいそう	キャベツ きゅうり		あおじそドレッシング		
7 月	ごはん				こめ		640 30.1	卒業と進級をお祝いする献立です。 
	牛乳	乳	牛乳					
	かつおそぼろどんぶりのぐ 	卵 大豆 小麦	かつお たまご	しょうが	さとう	しょうゆ 酒 塩		
	いそかあえ	大豆 小麦	のり	ほうれんそう キャベツ にんじん	さとう	しょうゆ		
	みそしる	大豆 さば	とうふ あぶらあげ みそ	えのきたけ こまつな		にぼし さばうすけずり		
	おいわいケーキ	卵 乳 小麦 大豆	乳製品 たまご		さとう こむぎこ チョコレート	ココアパウダー		
8 火	メープルパン	小麦 乳 大豆			メープルパン		650 32	ボークビーンズは大豆とじゃがいも、野菜をトマト味に煮込みます。
	牛乳	乳	牛乳					
	さけのレモンソースやき 	さけ	さけ		あぶら	レモンピール 塩 こしょう		
	マカロニサラダ (コーンドレッシング)	小麦		きゅうり キャベツ	マカロニ コードレッシング	塩 こしょう		
	ボークビーンズ	大豆 乳 豚 小麦	ぶたにく だいず チーズ	たまねぎ にんじん トマト パセリ にんにく	じゃがいも さとう あぶら	スープストック トマトケチャップ あかワイン 塩 ちゅうのうソース		
9 水	ごはん				こめ		665 29.4	大根切り干しを使った和え物です。
	牛乳	乳	牛乳					
	さんまのオレンジに 	小麦 大豆 オレンジ	さんま	オレンジ果汁 オレンジピール	さとう 水あめ 塩	しょうゆ みりん 塩		
	はりはりづけ	ごま 大豆 小麦		きゅうり にんじん きりぼしだいこん	ごま さとう ごまあぶら	酢 しょうゆ		
	こうやどうふのたまごとし	鶏 大豆 卵 小麦	とりにく こおりどうふ たまご	たまねぎ にんじん たけのこ ほししいたけ グリンピース	さとう	しょうゆ 酒 和風だしの素		
10 木	ごはん				こめ		647 25.2	ブロッコリーは花のつぼみを食べる野菜です。 
	牛乳	乳	牛乳					
	ビーフカレー	鶏 乳 りんご 小麦 牛 豚 大豆	ぎゅうにく チーズ	たまねぎ にんじん にんにく セロリ しょうが	じゃがいも あぶら	アップルピューレ ちゅうのうソース カレーフレーク スープストック こしょう チャツネ		
	にたまご	卵 小麦 大豆	たまご		さとう	しょうゆ 塩 酢		
	ブロッコリーのおかかあえ	大豆 小麦	かつおぶし	ブロッコリー	さとう	しょうゆ 塩		
11 金	パーガーパン	小麦 乳 大豆			パン		722 29.6	ごぼうサラダは人気メニューのひとつです。
	牛乳	乳	牛乳					
	ハンバーグ デミグラスソース	小麦 牛 大豆 鶏 豚	とりにく ぶたにく	たまねぎ	パンこ でんぷん さとう	トマトケチャップ デミグラスソース ちゅうのうソース あかワイン 塩 香辛料		
	ごぼうサラダ (ごまドレッシング)	大豆 小麦 トレ(大豆 小麦 ごま)		ごぼう きゅうり にんじん	さとう ごまドレッシング	みりん しょうゆ		
	ポトフ	鶏 豚	とりにく ウインナー	たまねぎ キャベツ にんじん さやいんげん	じゃがいも	コンソメスープ 酒 塩 こしょう		
14 月	ごはん				こめ		630 31.9	やいちゃんランチの日です。 
	牛乳	乳	牛乳					
	さばのカレーやき 	さば 大豆 小麦	さば	しょうが	あぶら	酒 しょうゆ カレー粉		
	だいちのいそに 	大豆 小麦	だいち ちくわ ひじき	こんにやく にんじん さやいんげん	さとう あぶら	みりん しょうゆ 和風だしの素		
	かきたまじる 	卵 鶏 小麦 さば 大豆	とりにく たまご なんと	たまねぎ ほうれんそう ほししいたけ	でんぷん	かつおの素 しょうゆ 塩		
	きよみ			きよみ				

○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)	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)
15 火	スタミナパン 牛乳	卵 乳 小麦 大豆 乳	牛乳		スタミナパン		692	小川中学校 のリクエスト 献立です。	
	とりにくのハーブやき	鶏 卵 大豆 小麦	とりにく たまご	レモン果汁	さとう	塩 しょうゆ 香辛料			
	カラフルサラダ (カルトン・イタリントレッシング)	大豆 りんご 小麦 豚 鶏 乳 カルトン(小麦 大豆)		キャベツ きゅうり パプリカ	イタリントレッシング クルトン				28.4
	コーンポタージュ	乳 小麦 大豆 鶏	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 こしょう スープストック			
16 水	ごはん のりふりかけ 牛乳	乳	のり かつおぶし 牛乳		こめ さとう	塩 まつちや	631	東益津小学 校のリクエスト 献立です。	
	くろはんぺんフライ	さば 大豆 小麦	くろはんぺん		こむぎこ でんぷん パンこ あぶら				
	なのはなのアーモンドあえ	大豆 小麦		なのはな キャベツ	アーモンド さとう	しょうゆ			22.6
	はるさめスープ	豚 卵 大豆 小麦 鶏 ごま	ぶたにく うずらたまご	たまねぎ こまつな にんじん しょうが	はるさめ でんぷん	塩 こしょう しょうゆ ちゅうかスープの素 チキンブイヨン			