

日	献立名	アレルギー	使われてい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 金	ちゅうかめん	小麦			めん		611		
	牛乳	乳	牛乳						
	しょうゆラーメンスープ	豚 小麦 大豆 鶏 ごま	ぶたにく わかめ なると	にんじん チンゲンさい しろねぎ	メンマ とうもろこし にんにく しょうが	オイスターソース チキンブイオン しょうゆ マヨネーズ さ け			
	ぎょうざ	豚 鶏 大豆 ごま 小麦	ぶたにく とり	キャベツ いら	しょうが	油 こむぎこ			しょうゆ みりん 塩 こしょう
	やさいのアーモンドあえ	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
かたぬきレアチーズ	乳	クリームチーズ 牛乳	いちご レモン		生クリーム さとう	塩	24.5		
5 火	ごはん				米		631	今の時季が旬のたちうおをフライにしました。	
	牛乳	乳	牛乳						
	たちうおフライ(ソース)	小麦	たちうお			油 パンこ こむぎこ			ちゅうのうソース 塩 こしょう
	はるさめのいためもの	豚 大豆 小麦 鶏 ごま	ぶたにく	にんじん こまつな しろねぎ ほししいたけ しょうが	にんにく	はるさめ ごま油			さけ オイスターソース 塩 ちゅうかスープのもと こしょう
ワンタンスープ	小麦 大豆 鶏 豚 ごま 卵	ぶたにく たまご	にんじん たまねぎ キャベツ しょうが		こむぎこ でんぶん ごま油	塩 しょうゆ チキンブイオン ちゅうかスープのもと さけ	20.8		
6 水	ごはん				米		581	タンドリーチキンをアレンジした焼津ならではの料理「タンドリーちくわ」です。	
	牛乳	乳	牛乳						
	のりつくだに	小麦 大豆	のりつくだに						
	タンドリーちくわ	小麦 乳	ちくわ ヨーグルト	にんにく しょうが					カレーこ ちゅうのうソース
かふうあえ	ごま 小麦 大豆		ほうれんそう にんじん もやし		はるさめ さとう ごま油 ごま	しょうゆ 酢 塩	24.2		
とんじる	豚 大豆 さば	ぶたにく とうふ みそ	こんにゃく ごぼう にんじん だいこん しろねぎ			にぼし さばうすけずり			
7 木	こくとうパン	小麦 乳 大豆			パン こくとう		629	白菜が甘みを増しておいしくなる季節です。	
	牛乳	乳	牛乳						
	とりにくとレパーマリネ	鶏 大豆 小麦	とりにく とりレパーマリネ	たまねぎ レモン		でんぶん 油 さとう			しょうゆ す カレーこ
	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			塩 こしょう
はくさいスープ	豚 小麦 大豆 鶏	ベーコン	たまねぎ にんじん はくさい こまつな			塩 こしょう しょうゆ コンソメスープ	25.0		
8 金	ごはん				米		589		
	牛乳	乳	牛乳						
	ハンバーグのおろしだけかけ	小麦 大豆 鶏 豚	とりにく ぶたにく	だいこん しょうが たまねぎ		さとう でんぶん			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
けんちんじる	鶏 大豆 ごま さば 小麦	とりにく とうふ	ごぼう にんじん しろねぎ ほししいたけ		さといも ごま油	かつおのもと しょうゆ みりん 塩			
11 月	ごはん				米		589	だんだん寒くなり、おでんがおいしい季節です。	
	牛乳	乳	牛乳						
	みそおでん	さば 大豆 小麦	くろはんぺん あげボール こんぶ みそ	にんじん だいこん こんにゃく		じゃがいも さとう			しょうゆ わふうだしのもと
	にたまご	卵 小麦 大豆	たまご			さとう			しょうゆ 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						
12 火	アップルパン	小麦 乳 大豆 りんご			パン		591		
	牛乳	乳	牛乳						
	にくだんごのあまずあんかけ	小麦 大豆 豚 鶏	ぶたにく とりにく	たまねぎ		さとう でんぶん パンこ			しょうゆ す 塩
	キャベツとツナのソテー	乳 鶏 豚	まぐろ	こまつな キャベツ		バター			塩 こしょう コンソメスープ
ミネストローネスープ	豚 大豆 鶏 小麦	ベーコン だいず	たまねぎ にんじん トマト パセリ		マカロニ	塩 コンソメスープ こしょう			
13 水	ごはん				米		620		
	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 はくさい いら		ごま油			しょうゆ トウバンジャン
	さつまいもサラダ(マヨネーズ)	マヨ(卵 小麦 りんご)		キャベツ きゅうり		さつまいも マヨネーズ			塩 こしょう
わかめスープ	卵 小麦 鶏 大豆 豚 ごま	うずらたまご なると わかめ	たまねぎ にんじん チンゲンさい			チキンブイオン しょうゆ 塩 こしょう ちゅうかスープのもと オイスターソース	22.9		
14 木	ミルクパン	小麦 乳 大豆			パン さとう マーガリン		617	トマトソースが入ったメンチカツです。	
	牛乳	乳	牛乳						
	トマトメンチ	豚 小麦 大豆	ぶたにく	たまねぎ トマト		油 でんぶん さとう こむぎこ パンこ			トマトケチャップ 塩 こしょう
	キャベツサラダ	小麦 大豆		キャベツ こまつな とうもろこし		さとう 油			しょうゆ す 塩
やさいのスープに	豚 大豆 小麦 鶏	ウインナー	たまねぎ にんじん だいこん パセリ			スープストック しょうゆ 塩 こしょう	22.4		
15 金	ごはん				米		625	れんこんは、これから旬を迎えておいしくなります。	
	牛乳	乳	牛乳						
	さばのこうじやき	さば	さば						こうじ 塩 みりん
	れんこんのきんぴら	豚 大豆 ごま 小麦	ぶたにく さつまあげ	れんこん にんじん こんにゃく さやいんげん		さとう ごま 油 ごま油			みりん しょうゆ わふうだしのもと
にらたまじる	大豆 卵 豚 鶏 ごま 小麦	とうふ たまご	にら たまねぎ にんじん		でんぶん	ちゅうかスープのもと 塩 こしょう しょうゆ	23.6		








○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。

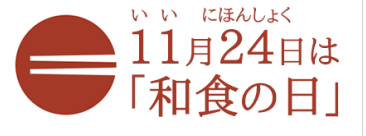
卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに あわび いか いくら オレンジ キウイフルーツ 牛肉 くるみ さけ さば 大豆  
鶏肉 豚肉 まつたけ もも やまいも りんご ゼラチン パナナ カシューナッツ ごま

○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		
18月	せわりパン	小麦 乳 大豆			パン		658	小川小学校の リクエスト 献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	フランクフルト	豚	フランクフルト		さとう	トマトケチャップ ワイン ちゅうのうソース		
	やさしいサラダ (イタリアンドレッシング)			キャベツ とうもろこし きゅうり にんじん	イタリアンドレッシング			
はくさいのシチュー	鶏 乳 小麦 大豆	とりにく 牛乳	にんじん はくさい たまねぎ しめじ	じゃがいも 油	ベシヤメルソース 塩 こしょう スープストック	26.2		
19火	ごはん	乳	牛乳		米		641	えびす講に ちなんだ献 立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	さんまの かぼすレモンに	小麦 大豆	さんま	かぼす レモン	さとう でんぶん	しょうゆ みりん 塩		
	にしめ	鶏 小麦 大豆	とりにく ちくわ	れんこん にんじん ごぼう こんにやく ほししいたけ きやいんげん	さとう 油	わふうだしのもと みりん しょうゆ		
みそしる	大豆 さば	あぶらあげ とうふ わかめ みそ	たまねぎ えのきたけ		にぼし さばうすけずり	25.2		
20水	ソフトめん	小麦			めん		671	今日は、きの この入った ミートソース です。
	牛乳	乳	牛乳					
	きのこいりミートソース	豚 大豆 小麦 鶏 乳	ぶたにく	たまねぎ にんじん エリンギ しめじ トマト にんにく	油	スープストック ワイン こしょう トマトケチャップ ハヤシルウ ベシヤメルソース ちゅうのうソース		
	さといもコロケ	小麦 大豆 鶏	とりにく	たまねぎ とうもろこし にんじん	油 さといも さとう パンこ こむぎこ	しょうゆ 塩		
くきわかめサラダ (ナムルドレスィング)	ドレ(ごま 小麦 大豆 鶏 豚)	くきわかめ	キャベツ きゅうり にんじん	ナムルドレスィング		24.9		
21木	はんかんごはん	乳	牛乳		米		629	
	牛乳	乳	牛乳					
	チキンカレー	鶏 乳 りんご 小麦 豚 大豆	とりにく チーズ	にんじん たまねぎ にんにく しょうが	じゃがいも 油	ちゅうのうソース こしょう チャツネ カレーフレーク スープストック		
	ツナオムレツ	卵	たまご まぐろ	たまねぎ	さとう でんぶん 油	す 塩 こしょう		
かいそうサラダ (あおじそドレスィング)	ドレ(小麦 大豆 りんご 豚)	かいそう	キャベツ きゅうり		あおじそドレスィング	22.2		
22金	ごはん	乳	牛乳		米		579	和食の日に ちなんだ献 立です。だし のきいた「す まし汁」を味 わいませう。
	牛乳	乳	牛乳					
	いわしのかばやき	小麦 大豆	いわし		油 さとう でんぶん	しょうゆ みりん		
	あさづけ	大豆 小麦	こんぶ	キャベツ きゅうり にんじん		塩		
すましじる	大豆 小麦 さば	とうふ ゆば	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	23.8		
25月	ごはん	乳	牛乳		米		650	
	牛乳	乳	牛乳					
	すきやき	豚 大豆 小麦	ぶたにく やきとうふ	はくさい にんじん しろねぎ えのきたけ こんにやく	さとう	しょうゆ みりん さけ		
	いかなゲット	いか 豚 大豆 小麦	いか たちうお		油 さとう こむぎこ	塩		
こまつなともやしの 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	25.1		
26火	せわりパン	小麦 乳 大豆			パン		650	
	牛乳	乳 大豆			メープルシロップ マーガリン			
	チキンのオープンやき	鶏 小麦 大豆 乳	とりにく チーズ		パンこ さとう 油	しょうゆ 塩		
	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	こしょう コンソメスープ 塩		
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	生クリーム バター	ベシヤメルソース 塩 スープストック こしょう	26.4		
27水	ごはん	乳	牛乳		米		630	大富小学校 のリクエスト 献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	かつおフライ	小麦 大豆	かつお		油 パンこ こむぎこ	塩		
	ごぼうサラダ (ごまドレスィング)	小麦 大豆 ドレ(ごま 小麦 大豆)		ごぼう きゅうり にんじん えだまめ	さとう ごまドレスィング	みりん しょうゆ		
かきたまじる	卵 さば 小麦 大豆	たまご なた	たけのこ 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	24.7		
28木	ごはん	乳	牛乳		米		599	カルシウム や鉄分が たっぷり含 まれるひじ きが入った しゅうまい です。
	牛乳	乳	牛乳					
	なまあげのちゅうかに	大豆 豚 小麦 鶏 ごま	なまあげ ぶたにく	にんじん はくさい たけのこ にんにく きやいんげん とうもろこし ほししいたけ	さとう 油 でんぶん	しょうゆ オイスターソース こしょう ちゅうかスープのもと		
	ひじきしゅうまい	豚 鶏 大豆 小麦	ぶたにく ひじき とりにく	たまねぎ キャベツ しいたけ しょうが	でんぶん さとう こむぎこ	しょうゆ 塩		
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	22.1		
29金	はんかんしらすごはん	小麦 大豆	しらす		米		659	やいちゃん ランチの日 です。 
	牛乳	乳	牛乳					
	くろはんぺんの アーモンドあげ	さば 大豆 小麦	くろはんぺん		こむぎこ でんぶん アーモンド 油			
	おひたし	小麦 大豆	かつおぶし	ほうれんそう にんじん キャベツ	さとう	しょうゆ		
さつまじる	鶏 大豆 さば	とりにく とうふ あぶらあげ みそ	だいこん はねぎ	さつままいも	にぼし さばうすけずり	25.6		



2013年にユネスコ無形文化遺産に登録された「和食：日本人の伝統的な食文化」は、日本人が基礎とする「自然の尊重」という精神にのっとった食に関する社会的習慣が認められたものです。  
毎年、一人ひとりが「和食」文化について認識を深め、和食文化の大切さを再認識するきっかけになるように、という願いを込めて制定されました。

