












令和2年6月 学校給食献立表 北棟4


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) 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月	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		864	焼津南小学校のリクエスト献立です。
	かつおフライ	小麦 大豆	かつお		でんぶん パンこ こむぎこ 油	塩		
	ひじきサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 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	32.3	
	とん汁	豚 大豆 さば	ぶたにく とろろ みそ	こんにやく ごぼう にんじん だいこん しろねぎ		さばうすけずり にほし		
2火	アップルパン 牛乳	小麦 乳 りんご	牛乳	りんご	パン		838	
	肉だんごの 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	パンこ でんぶん さとう	トマトケチャップ ワイン ちゅうのうソース デミグラスソース 塩	33.3	
	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		
	とり肉と野菜の スープ煮	鶏 豚 小麦 大豆	とりにく ウイナー	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		
3水	飯缶ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		908	かみかみ献立です。よくかんで食べましょう。 
	チキンカレー	鶏 小麦 乳 りんご 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	31.9	
	大豆と煮干しの 揚げ煮	大豆 ごま 小麦	だいにす にほし		でんぶん 油 さとう ごま	しょうゆ みりん		
	ゆかりあえ			キャベツ きゅうり		ゆかりこ 塩		
4木	ソフトめん 牛乳	小麦 乳	牛乳		めん		895	港中学校のリクエスト献立です。 
	ミートソース	豚 小麦 大豆 乳 鶏	ぶたにく	たまねぎ にんじん トマト にんにく	油	トマトケチャップ ハヤシルウ ベジメタルソース スープストック ワイン こしょう ちゅうのうソース	34.0	
	あじナゲット	小麦 大豆 豚	あじ たい	たまねぎ	さとう でんぶん 油	塩 しょうゆ		
	きゅうりのひたひた	小麦 大豆 ごま	かつおぶし	きゅうり	さとう ごま油	しょうゆ す いちみつとうがらし		
5金	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		787	やいちゃんランチです。 
	さばのてり煮	さば 小麦 大豆	さば かつおぶし	レモン	さとう みずあめ でんぶん	しょうゆ みりん		
	和風おなかサラダ (和風ドレッシング)	ドレ(豚 鶏 小麦 大豆)	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		27.1	
	すまし汁	大豆 小麦 さば	とうふ なたと わかめ	ほうれんそう にんじん ほししいたけ		しょうゆ みりん かつおのもと 塩		
8月	お祝いデザート	大豆	とうにゅう	いちご	さとう みずあめ 油			
	ミルクパン 牛乳	小麦 乳	牛乳		パン さとう マーガリン		805	ミネストローネには、焼津産の生マトが入っています。 
	キャベツ入りつくね	鶏 豚	とりにく かつおぶし	キャベツ しょうが	じゃがいも でんぶん さとう	塩	29.7	
	スパゲティソテー	豚 小麦 鶏	ウイナー	たまねぎ にんじん しめじ エリンギ	スパゲティ 油	塩 こしょう コンソメスープ		
ミネストローネ	豚 大豆 鶏	ベーコン だいにす	たまねぎ にんじん トマト パセリ		塩 こしょう コンソメスープ			
9火	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		787	
	若どりのから揚げ	鶏 小麦 大豆	とりにく		こむぎこ でんぶん さとう 油	しょうゆ 塩	26.9	
	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		
	ちゃんこ汁	豚 大豆 小麦 さば	ぶたにく とろろ	ごぼう もやし こんにやく しめじ しろねぎ		さけ しょうゆ 塩 みりん かつおのもと		
10水	背割りパン みかんジャム 牛乳	小麦 乳	牛乳		パン ジャム		795	かぼちゃにはカロテンが豊富です。肌や粘膜を丈夫にします。 
	ツナオムレツ	卵 大豆 りんご 小麦	たまご まぐろ	たまねぎ	さとう 油 マヨネーズ でんぶん	塩 しょうゆ す	29.1	
	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		
	ラビオリスープ	豚 小麦 鶏 大豆	ベーコン とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし	こむぎこ パンこ さとう	塩 コンソメスープ こしょう チキンブイヨン		
11木	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		803	マーボー春雨には、たくさん野菜が入っています。 
	えびしゅうまい	えび 豚 大豆 小麦	えび たら	たまねぎ	こむぎこ さとう でんぶん	塩	25.0	
	即席漬け	大豆		キャベツ きゅうり たくあんづけ しょうが				
	マーボー春雨	豚 ごま 小麦 大豆 鶏	ぶたにく	たまねぎ にんじん たけのこ チンゲンさい ほししいたけ はねぎ しょうが	はるさめ ごま油 油 さとう でんぶん	しょうゆ オイスターソース ちゅうかスープのもと 塩 トウバンジャン		
12金	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		769	焼津で水揚げされたかつおを使っています。 
	かつおの角煮	小麦 大豆	かつお	しょうが	さとう	しょうゆ みりん さけ	39.8	
	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		
	とりだんご汁	豚 鶏 小麦 大豆 さば ごま	ぶたにく とりにく とろろ	たまねぎ だいこん はねぎ ごぼう にんじん しめじ	パンこ でんぶん さとう ごま油	さばうすけずり 塩 しょうゆ さけ みりん かつおのもと		
15月	バーガーパン 牛乳	小麦 乳	牛乳		パン		804	パンにハンバーグをはさんで食べましょう。 
	ハンバーグ トマトソースかけ	鶏 大豆 豚	とりにく ぶたにく	たまねぎ しょうが にんにく	さとう	トマトケチャップ ワイン ちゅうのうソース 塩	35.1	
	野菜とツナのソテー	鶏 豚 乳	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		
	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 なまクリーム	ベジメタルソース こしょう 塩 スープストック		

○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。

○アレルギーの表示については、義務品目(7品目)と推奨品目(20品目)について記載しています。

○『』のマークは、どんぶりが付くメニューです。

令和2年6月 学校給食献立表 北棟4

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) 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		831 	
	牛乳	乳	牛乳					
	ハヤシチュー	豚 小麦 大豆 鶏 りんご	ぶたにく	にんじん たまねぎ	じゃがいも 油	ハヤシルー ワイン ちゅうのうソース チャツネ スープストック		
	たまごロール	卵 小麦 大豆	たまご		さとう でんぶん 油	かつおだし しょうゆ す 塩		
	浅漬け	小麦 大豆	こんぶ	キャベツ きゅうり にんじん		塩	26.2	
17 水	ごはん				米		769 27.9 豚キムチや ナムルをご はんへのせ て食べましょ う。	
	牛乳	乳	牛乳					
	ぶたキムチ	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		
	野菜のナムル	ごま 小麦 大豆		ほうれんそう にんじん もやし	ごま油 ごま	しょうゆ		
	チンゲン菜のスープ	豚 小麦 大豆 鶏 ごま	ベーコン	たまねぎ にんじん とうもろこし チンゲンさい		ちゅうかスープのもと しょうゆ 塩 こしょう チキンブイヨン	27.9	
18 木	飯缶しらすごはん	大豆 小麦	しらす		米	しょうゆ さけ 塩	851 30.1 ししやもは、 カルシウム が豊富で、 頭からすべ て食べること ができます。 	
	牛乳	乳	牛乳					
	子持ちししやもフライ	小麦 大豆	こもちししやも		パンこ でんぶん こむぎこ 油	塩 こしょう		
	春雨サラダ (玉ねぎドレッシング)	ドレ(りんご 鶏 小麦 大豆)		キャベツ きゅうり にんじん	はるさめ たまねぎドレッシング			
	実だくさん汁	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		さばうすけずり にぼし	30.1	
19 金	ごはん				米		774 33.4 きんぴらごぼ うにはたくさ んの具材が入 っています。	
	牛乳	乳	牛乳					
	さわらの西京焼き	大豆	さわら みそ		さとう	さけかす 塩		
	きんぴらごぼう	豚 大豆 小麦 ごま	ぶたにく さつまあげ	ごぼう にんじん こんにゃく さやいんげん かんぴょう	さとう 油 ごま油	みりん しょうゆ わふうだしのもと		
	かきたま汁	卵 大豆 さば 小麦	たまご とうふ	にんじん たまねぎ ほししいたけ なのはな	でんぶん	かつおのもと しょうゆ 塩	33.4	
22 月	メープルパン	小麦 乳			パン さとう マーガリン メープルシロップ		923 33.7 	
	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 スープストック ワイン ちゅうのうソース		
	ツナコロッケ	小麦 大豆	まぐろ	たまねぎ	じゃがいも さとう 油 パンこ こむぎこ こめこ	しょうゆ 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		33.7	
23 火	ごはん				米		758 32.9 あじは「味が 良いからア ジ」と名付け られたと言わ れています。	
	牛乳	乳	牛乳					
	あじのカレー焼き	小麦 大豆	あじ	しょうが		しょうゆ さけ カレーこ		
	わかめときゅうりの 酢の物	小麦 大豆	わかめ	きゅうり しょうが とうもろこし	さとう	しょうゆ 塩 す		
	みそ汁	豚 大豆 さば	ぶたにく とうふ 油あげ みそ	たまねぎ しめじ はねぎ	さといも	にぼし さばうすけずり	32.9	
24 水	中華めん	小麦			めん		787 33.5 小松菜は、カ ルシウムが 豊富な野菜 です。 	
	牛乳	乳	牛乳					
	塩ラーメンスープ	豚 大豆 鶏 小麦	ぶたにく なんと	キャベツ にんじん しるねぎ チンゲンさい しめじ メンマ		塩ラーメンのもと さけ チキンブイヨン		
	揚げぎょうざ	小麦 大豆 鶏 豚	ぶたにく とりにく	キャベツ たまねぎ しょうが	こむぎこ パンこ さとう でんぶん 油	しょうゆ 塩 こしょう		
	野菜のアーモンドあえ	小麦 大豆		こまつな にんじん もやし	アーモンド さとう	しょうゆ	33.5	
25 木	ごはん				米		798 36.9 	
	牛乳	乳	牛乳					
	若どりのてり焼き	鶏 大豆	とりにく		さとう みずあめ	しょうゆ みりん す 塩 こしょう		
	菱わかめサラダ (青じそドレッシング)	ドレ(小麦 大豆)	きわかめ	キャベツ きゅうり にんじん		あおじそドレッシング		
	つみれ汁	大豆 さば	いわし たら みそ	だいこん ごぼう にんじん こんにゃく はねぎ しょうが	でんぶん さとう	塩 かつおのもと さばうすけずり	36.9	
26 金	ごはん				米		844 27.1 のり入り厚焼 きたまごは 生のりの香り を楽しんでく ださい。	
	牛乳	乳	牛乳			ふりかけ		
	のり入り 厚焼きたまご	卵 大豆 小麦	たまご しらす あおさ		さとう 油 でんぶん	す みりん 塩		
	はりはり漬け	ごま 小麦 大豆		きりぼしだいこん にんじん きゅうり にんじん たまねぎ こんにゃく さやいんげん	ごま油 さとう	す しょうゆ		
	肉じゃが	豚 小麦 大豆	ぶたにく		じゃがいも さとう 油	しょうゆ さけ わふうだしのもと	27.1	
29 月	お茶パン	小麦 乳			パン さとう マーガリン	おちゃ	955 33.6 枝豆は、大 豆の未熟な 実を収穫し たものです。	
	牛乳	乳	牛乳					
	メンチカツ	豚 小麦 大豆	ぶたにく	たまねぎ	さとう でんぶん パンこ こむぎこ 油	塩 こしょう ナツメグ		
	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		
	枝豆のクリーム煮	豚 大豆 乳 小麦 鶏	ベーコン 牛乳	にんじん たまねぎ しめじ えだまめ	なまクリーム 油 じゃがいも でんぶん	ベジマールソース こしょう 塩 コンソメスープ	33.6	
30 火	ごはん				米		785 28.6 チンジャオ ロースに入 っているビー マンは、この 時期がおい しいです。	
	牛乳	乳	牛乳					
	チンジャオロース	豚 ごま 小麦 大豆	ぶたにく	ほししいたけ たけのこ オイスターしょうが	さとう でんぶん ごま油	しょうゆ みりん オイスターソース		
	きゅうりの南蛮漬	小麦 大豆 ごま		きゅうり	ごま さとう ごま油	しょうゆ いちみつとうがらし す		
	中華スープ	豚 卵 鶏 小麦 大豆 ごま	ベーコン うずらたまご なんと	にんじん キャベツ チンゲンさい		チキンブイヨン しょうゆ こしょう さけ 塩 ちゅうかスープのもと	28.6	