



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) たんぱく質	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		
9 木	ごはん				米		817	
	牛乳	乳	牛乳					
	あじのこうじ焼き		あじ			塩こうじ		
	小松菜ともやし 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		
10 金	肉じゃが	豚 小麦 大豆	ぶたにく	にんじん たまねぎ こんにやく さやいんげん	じゃがいも さとう 油	しょうゆ さけ わふうだしのもと	32.6	
	バーガーパン	小麦 乳 大豆			パン			
	ハンバーグ	鶏 豚 小麦 牛 大豆	とりにく ぶたにく	たまねぎ しょうが にんにく	さとう	塩 トマトケチャップ ワイン デミグラスソース ちゅうのうソース		
	野菜サラダ (青じそドレッシング)	ドレ(小麦 大豆)		キャベツ きゅうり にんじん		あおじそドレッシング		
13 月	コンボタージュ	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	ベシメルソース こしょう 塩 スープストック	32.4	
	さくらごはん	小麦 大豆			米	しょうゆ 塩		
	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		
14 火	菜の花のおかかあえ	小麦 大豆	かつおぶし	なのはな キャベツ にんじん	さとう	しょうゆ	32.0	入学・進級お 祝いの献立 です。
	若竹汁	鶏 大豆 さば 小麦	とりにく とうふ わかめ	たけのこ にんじん えのきたけ		かつおのもと しょうゆ みりん 塩		
	お祝デザート	大豆	とうにゅう	いちご	さとう みずあめ 油			
	飯缶しらすごはん	小麦 大豆	しらす		米	しょうゆ さけ 塩		
15 水	牛乳	乳	牛乳				762	やいちゃんラ ンチです。
	竹輪の磯辺揚げ	小麦	ちくわ あおりの		こむぎこ でんぶん 油			
	和風おかかサラダ (和風ドレッシング)	ドレ(小麦 大豆 鶏 豚)	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			
	実だくさん汁	鶏 大豆 さば	とりにく とうふ みそ	ごぼう はねぎ にんじん しめじ こんにやく		さばうすけずり にぼし		
16 木	ナン	小麦 乳 大豆			ナン		814	ナンをキーマ カレーにつけて 食べましょ う。
	牛乳	乳	牛乳					
	キーマカレー	豚 小麦 乳 りんご 大豆 鶏	ぶたにく	たまねぎ にんじん トマト しょうが にんにく	油	ちゅうのうソース こしょう カレー粉 スープストック チャツネ		
	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		
17 金	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	37.8	
	ごはん				米			
	牛乳	乳	牛乳					
	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		
18 土	大豆の磯煮	大豆 小麦	だいず ひじき ちくわ	にんじん こんにやく さやいんげん	さとう 油	みりん しょうゆ わふうだしのもと	32.2	
	かきたま汁	小麦 卵 大豆 さば	なると たまご とうふ	にんじん ほうれんそう たまねぎ	でんぶん	かつおのもと しょうゆ 塩		
	ごはん				米			
	牛乳	乳	牛乳					
19 日	ブルコギ	豚 小麦 大豆 りんご	ぶたにく みそ	しょうが にんにく しろねぎ たまねぎ りんご	ごま油	しょうゆ トウバンジャン	767	ブルコギとは タレに漬けた 肉や野菜を 鉄鍋や鉄板で 焼く韓国の 料理です。
	ナムル	ごま 小麦 大豆		ほうれんそう にんじん もやし	ごま ごま油	しょうゆ		
	ワンタンスープ	鶏 豚 小麦 大豆 卵	ぶたにく たまご みそ	にんじん たまねぎ キャベツ しょうが	こむぎこ でんぶん 油 ごま油	ちゅうかスープのもと さけ チキンブイオン 塩 しょうゆ		
	メープルパン	小麦 乳 大豆			パン メープルシュガー			
20 月	牛乳	乳	牛乳				841	トマトと卵の スープには、 焼津で作ら れたトマトが 入っています。
	若鶏のてり焼き	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		
	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		
	トマトとたまごのスープ	豚 卵 鶏	ベーコン 卵	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 火	ごはん				米		901	港小学校の リクエスト献 立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	さわらのレモン しょうゆ和え	大豆 小麦	さわら	たまねぎ レモン	油 さとう でんぶん	しょうゆ		
	たけのこサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 ドレ(ごま 小麦 大豆)		たけのこ こまつな にんじん	さとう ごまドレッシング	しょうゆ みりん		
22 水	豚汁	豚 大豆 さば	ぶたにく とうふ 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 にぼし	34.3	
	飯缶酢めし	乳	牛乳		米 さとう	す 塩		
	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		
23 木	五目ずしの具	小麦 大豆	油あげ	れんこん にんじん たけのこ ほししいたけ	さとう	しょうゆ みりん わふうだしのもと	787	さわらは春が 旬のお魚で す。
	すまし汁	小麦 大豆 さば	とうふ かまぼこ	ほうれんそう にんじん えのきたけ		しょうゆ みりん 塩 かつおのもと		
	ひなあられ				もち米 さとう でんぶん			
	ごはん				米			

○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		
23 木	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		873	レバーは、成長期に不足しがちな「鉄分」がたくさん含まれています。
	レバー入りユウリンチー	鶏 大豆 ごま 小麦	とりにく とりレバー	しろねぎ	でんぶん さとう 油 ごま油	いちみとうがらし す しょうゆ		
	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	31.2	
	わかめスープ	卵 鶏 豚 ごま 小麦 大豆	うずらたまご なんと わかめ	たまねぎ にんじん		ちゅうかスープのもと 塩 チキンブイヨン しょうゆ こしょう オイスターソース		
24 金	中華めん 牛乳	小麦 乳	牛乳		めん		788	東益津小学校のリクエスト献立です。
	塩ラーメンスープ	豚 大豆 鶏 小麦	ぶたにく なんと わかめ	チンゲンさい にんじん もやし しろねぎ メンマ とうもろこし		しおラーメンのもと 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	ごむぎこ パンこ さとう でんぶん 油	しょうゆ 塩 こしょう	33.4	
	ほうれん草のごまあえ	ごま 小麦 大豆		ほうれんそう にんじん キャベツ	ごま さとう	しょうゆ		
27 月	ごはん わかめふりかけ 牛乳	乳	牛乳		米		807	小川中学校のリクエスト献立です。
	子もちししゃもフライ	小麦 大豆	こもちししゃも		パンこ でんぶん ごむぎこ 油	塩 こしょう		
	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	ごま油 さとう	す しょうゆ	29.0	
	中華スープ	豚 鶏 ごま 大豆 小麦	ぶたにく なんと	にんじん たまねぎ チンゲンさい とうもろこし しろねぎ		チキンブイヨン ちゅうかスープのもと さけ 塩 こしょう オイスターソース		
28 火	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		808	和歌山県産の野菜を使用した献立です。
	かつおの角煮	小麦 大豆	かつお	しょうが	さとう	しょうゆ さけ みりん		
	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	しょうゆ みりん	39.5	
	鶏だんご汁	豚 鶏 小麦 大豆 さば ごま	とうふ ぶたにく とりにく	こまつな こほう にんじん しめ じ たまねぎ	ごま油 パン粉 でん粉 さとう	さばすけずり かつおのもと 塩 しょうゆ さけ みりん		
30 木	ミルクパン 牛乳	小麦 乳 大豆 乳	牛乳		パン さとう マーガリン		779	和歌山県産の野菜を使用した献立です。
	チキンのハーブ焼き	小麦 大豆 鶏	とりにく		でんぶん さとう 油	塩 しょうゆ マスタード ハーブ こしょう		
	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		32.7	
	ポトフ	豚 鶏	ウインナー	たまねぎ にんじん だいこん さやいんげん	じゃがいも	チキンブイヨン コンソメスープ 白ワイン 塩 こしょう		

給食時間の 過ごし方

学校給食は、準備から後片付けまでを含めた食事に関する活動を通して、さまざまなことを学ぶ時間です。みんなで協力して準備をし、食べる時間をしっかり確保するとともに、楽しい給食時間が過ごせるよう、一人ひとりがマナーを守ることも大切です。

給食の前には、必ず手を洗いましょう

上手な手洗い方法

- 1 手を水でぬらし、せっけんをつけて泡立てる
- 2 手のひら、手のこころ、指の間、指先、手首を順に洗う
- 3 水でしっかりと洗い流す
- 4 清潔なハンカチやタオルでふく

今年度も『やいちゃんランチ』を実施します



地元の食べ物をより深く知ってもらうために、焼津市でたくさんとれたり、昔から作られている食材を「焼津のじまんの食べ物」として積極的に使用しています。

「焼津のじまんの食べ物」11個のうち、3個以上を使った献立を「やいちゃんランチ」として提供します。4月のやいちゃんランチには「しらす」「ちくわ」「かつお節」を使っています。

焼津のじまんの食べ物

