











平成30年5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 | | | | 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 | ごはん | | | | こめ | | 650 焼津西小学校の リクエスト 献立です。 | |
| | しらすふりかけ  | 大豆 小麦 乳 ごま | | | | ふりかけ | | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | ちくわのおちやあげ  | 小麦 | ちくわ | | こむぎこ でんぷん あぶら | おちや | | |
| しんごぼうのサラダ (ごまドレッシング) | 小麦 大豆 ドレ(小麦 大豆 ごま) | | ごぼう きゅうり 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 | 25.8 | |
| とんじる  | 豚 大豆 さば | ぶたにく どうふ みそ | | こんにやく たまねぎ にんじん だいこん はねぎ | | にぼし さばうすけずり | | |
| 2 水 | アップルパン | 小麦 乳 大豆 りんご | | りんご | パン | | 577 | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | さけのハーブやき  | さけ たまご | さけ | ハーブ レモン | | あぶら | しお | ペンネはマカ ロニの仲間 です。 |
| | ペンネのトマトソースに | 小麦 豚 鶏 | ベーコン | エリンギ たまねぎ ピーマン トマト にんにく | ペンネ あぶら | | トマトケチャップ 中のうソース しお ワイン コンソメスープ こしょう | |
| たまごスープ | 卵 小麦 大豆 鶏 | たまご | たまねぎ にんじん しめじ ほうれんそう | | でんぷん | スープストック 塩 こしょう チキンブイヨン | | |
| 7 月 | ごはん | | | | こめ | | 647 | |
| 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | | |
| こいのぼり ハンバーグ | 鶏 大豆 ゼラチン | とりにく どうふ かつおぶし | たまねぎ たけのこ こんにやく にんじん しょうが | | さとう | しょうゆ みりん しお |  | |
| おかかサラダ (わふうドレッシング) | ドレ (小麦 大豆 鶏 豚) | かつおぶし | きゅうり キャベツ にんじん とうもろこし | | わふうドレッシング | しょうゆ みりん しお かつおのもと | | |
| すましじる  | 大豆 小麦 さば | どうふ かまぼこ | えのき にんじん ほうれんそう | | | | | |
| かしわもち | | | | | しょうゆ しお | | | |
| 8 火 | ごはん | | | | こめ | | 638 真珠たんご はもち米をふ やかして肉 団子にまぶし たものです。 | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | しんじゆだんご | 豚 鶏 小麦 大豆 | ぶたにく とりにく | たまねぎ しょうが | | もちこめ パンこ でんぷん さとう | | しょうゆ しお |
| | はるさめのいためもの | 大豆 小麦 鶏 ごま 豚 | ぶたにく | にんじん さやいんげん しろねぎ しょうが にんにく | | はるさめ ごまあぶら | | さけ オイスターソース しお ちゅうかスープのもと こしょう |
| ちゅうかスープ | 小麦 大豆 卵 鶏 ごま 豚 | ベーコン うずらたまご | メンマ にんじん キャベツ ほししいたけ もやし | | | チキンブイヨン さけ しお こしょう ちゅうかスープのもと | | |
| 9 水 | ソフトめん | 小麦 | | | ソフトめん | | 663 バナナには 食物繊維が 入っています。 | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | ミートソース | 小麦 大豆 豚 乳 鶏 | ぶたにく | たまねぎ にんじん トマト にんにく | | あぶら | | トマトケチャップ ハヤシルウ ベジナルソース 中のうソース スープストック ワイン こしょう |
| | やさいのアーモンドサラダ (イタリアドレッシング) | | | キャベツ とうもろこし きゅうり にんじん | | アーモンド イタリアドレッシング | | |
| バナナ | バナナ | | バナナ | | | |  | |
| 10 木 | ごはん | | | | こめ | | 597 みそかつの たれはセン ターで赤みそ を使って作り ます。 | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | みそかつ | 豚 大豆 小麦 | ぶたにく みそ | しょうが | | あぶら さとう パンこ でんぷん | | しお みりん さけ |
| | あさづけ | 小麦 大豆 | こんぶ | キャベツ きゅうり にんじん | | | | しお |
| けんちんじる  | 小麦 大豆 さば ごま | あぶらあげ どうふ | だいこん ごぼう にんじん しろねぎ ほししいたけ | | さといも ごまあぶら | かつおのもと しょうゆ みりん しお | | |
| 11 金 | こくとうパン | 小麦 乳 大豆 | | | パン こくとう | | 657 レバーには 鉄がたくさん 含まれます。 | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | とりにくとレバーの ケチャップあえ | 鶏 大豆 | とりにく とりレバー | | | でんぷん あぶら さとう | | ワイン 中のうソース トマトケチャップ |
| | ポテトサラダ (マヨネーズ) | マヨ(大豆 りんご 卵) | | キャベツ きゅうり にんじん | | じゃがいも マヨネーズ | | しお こしょう |
| やさいスープ | 鶏 豚 | ベーコン | にんじん たまねぎ だいこん エリンギ こまつな | | | しお コンソメスープ チキンブイヨン | | |
| 14 月 | ごはん | | | | こめ | | 599  | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | あじの みりんしょうゆやき  | 小麦 大豆 | あじ | | | | | しょうゆ みりん |
| | はりはりづけ | 小麦 大豆 ごま | | きりほしだいこん にんじん きゅうり | | ごまあぶら さとう | | す しょうゆ |
| | みそしる | 大豆 さば | あぶらあげ みそ わかめ | たまねぎ だいこん えのき | | | | にぼし さばうすけずり |
| プリン | 大豆 | とうにゅう | | | みずあめ さとう | | | |
| 15 火 | ナン | 小麦 乳 大豆 | | | パン | | 655 サラダのド レッシング は、センター での手作り です。 | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | キーマカレー | 小麦 乳 りんご 豚 大豆 鶏 | ぶたにく | たまねぎ にんじん ピーマン トマト しょうが にんにく | | あぶら | | こしょう ちゅうのうソース カレーフレーク チャツネ スープストック |
| | かぼちゃコロッケ | 乳 小麦 大豆 | 乳 | かぼちゃ たまねぎ | | パンこ こむぎこ さとう ラード でんぷん あぶら | | しお |
| ほうれんそうと コーンのサラダ | | | とうもろこし ほうれんそう キャベツ にんじん | | あぶら さとう | しお す | | |
| 16 水 | かつおづくだにごはん  | 大豆 小麦 ごま | かつお こんぶ | しょうが | | こめ ごま さとう | しょうゆ さけ す | 593  |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | さばメンチコロッケ  | 小麦 さば 大豆 | さば みそ | | | じゃがいも パンこ あぶら でんぷん こむぎこ | カレーこ こしょう しお | |
| | かおりあえ | ごま | | きゅうり キャベツ | | ごま | あおじそゆかりこ | |
| かきたまじる  | 大豆 小麦 さば 卵 | たまご なた | たけのこ にんじん たまねぎ ほうれんそう | | でんぷん | かつおのもと しょうゆ しお |  | |

○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

○物質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。

平成30年5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) 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 | | |
| 17 木 | ごはん | | | | | こめ | | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | ぶたキムチ | 豚 小麦 大豆 ごま りんご さば | ぶたにく | はくさいキムチ キャベツ にはら | ごまあぶら | しょうゆ トウバンジャン | 588 | 豚キムチは ごはんのに せて食べま しょう。 |
| | ナムル | 小麦 大豆 ごま | | ほうれんそう にんじん もやし | ごま ごまあぶら | しょうゆ | 23.3 | |
| 18 金 | ワンタンスープ | 豚 小麦 大豆 鶏 卵 ごま | ベーコン みそ ぶたにく たまご | にんじん ほししいたけ たまねぎ チンゲンさい しょうが | こむぎ ごまあぶら でんぶん あぶら | しお ちゅうかスープのもと さけ チキンプイオン しょうゆ | | |
| | せわりパン | 小麦 乳 大豆 | | | | パン | | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | うずらたまごの スコッチエッグ | 鶏 卵 大豆 小麦 | とりにく うずらたまご | たまねぎ | パンこ でんぶん あぶら | しお こしょう しょうゆ | 611 | 焼きそばをパ ンにはさんで 食べましょ う。 |
| 21 月 | やさいたつぷりやきそば | いか りんご 大豆 豚 小麦 | ぶたにく いか | にんじん キャベツ たまねぎ もやし はねぎ | ちゅうかめん あぶら | やきそばソース こしょう | 27.3 | |
| | チンゲンさいのスープ | 小麦 大豆 鶏 豚 ごま | ベーコン | にんじん たけのこ とうもろこし チンゲンさい | | しお しょうゆ こしょう ちゅうかスープ チキンプイオン | | |
| | ごはん | | | | | こめ | | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| 22 火 | どうふステーキ そばあんかけ | 豚 小麦 大豆 | とうにゆう ぶたにく | しろねぎ しょうが | さとう でんぶん あぶら | しょうゆ しお | 612 | 春に旬を迎 える、山菜を 入れた汁物 です。 |
| | いそかあえ | 小麦 大豆 | もみのり | ほうれんそう キャベツ にんじん | さとう | しょうゆ | 25.7 | |
| | さんさいじる | 小麦 大豆 鶏 さば | とりにく あぶらあげ | さんさい にんじん しめじ はねぎ | さといも | かつおのもと しょうゆ みりん しお | | |
| | ごはん | | | | | こめ | | |
| 23 水 | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | くろはんぺんの ごまあげ | さば 大豆 小麦 ごま | くろはんぺん | | こむぎこ でんぶん ごま あぶら | | 624 | 黒はんぺん は焼津自慢 の食べもの のひとつで す。 |
| | だいちのいそに | 小麦 大豆 | だいち あぶらあげ ひじき | にんじん こんにやく さやいんげん | さとう あぶら | みりん しょうゆ わふうだしのもと | 20.7 | |
| | いもだんごじる | 小麦 大豆 さば | なると | ごぼう だいこん にんじん しろねぎ | じゃがいも でんぶん | かつおのもと しょうゆ さけ しお | | |
| 24 木 | ちゅうかめん | 小麦 | | | | ちゅうかめん | | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | しょうゆラーメン | 小麦 大豆 鶏 豚 ごま | ぶたにく 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 | | さけ しょうゆラーメンスープ ちゅうかスープのもと オイスターソース チキンプイオン | 592 | チーズにはカ ルシウムが 入っています 。 |
| | チーズボール | 小麦 卵 大豆 乳 | たまご チーズ | | こむぎこ あぶら さとう マーガリン みずあめ | | 21.6 |  |
| 25 金 | かいそうサラダ (ナムドレッシング) | ドレ(ごま 鶏 豚 小麦 大豆) | かいそう | キャベツ きゅうり | | ナムドレッシング | | |
| | ごはん | | | | | こめ | | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | さばのこうじやき | さば | さば | | | みりん しお こうじ | 649 | 箸ご飯の具 をご飯に混 ぜて食べま しょう。 |
| 28 月 | たけのこごはんのぐ | 小麦 大豆 | あぶらあげ | れんこん にんじん たけのこ ほししいたけ かんぴょう | さとう | しょうゆ みりん わふうだしのもと | 26.4 | |
| | なめこのみそしる | 大豆 さば | とうふ みそ | なめこ だいこん はねぎ | | さばうすけずり にぼし | | |
| | ごはん | | | | | こめ | | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| 29 火 | はんかんごはん | | | | | こめ | | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | なまりぶしカレー | 小麦 乳 りんご 豚 大豆 鶏 | ぶたにく なまりぶし チーズ | にんじん たまねぎ りんご にんにく しょうが | じゃがいも あぶら | こしょう ちゅうのうソース カレーフレーク チャツネ スープストック | 671 | 大村中学校 のリクエスト 献立です。 |
| | どろどろオムレツ | 卵 大豆 乳 鶏 小麦 | たまご | | 水あめ あぶら でんぶん | しお | 25.2 |  |
| 30 水 | カラフルサラダ (たまねぎドレッシング) | ドレ (小麦 大豆 りんご 鶏) | | キャベツ きゅうり パプリカ | | たまねぎドレッシング | | |
| | アーモンドフィッシュ | ごま | いわし | | アーモンド さとう ごま | しお | | |
| | おちゃパン | 小麦 乳 大豆 | | | | おちゃパン | 596 | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| 31 木 | ラザニア | 乳 小麦 豚 大豆 鶏 | 牛乳 ぶたにく チーズ | たまねぎ にんじん トマト | ラザニア 小麦粉 あぶら パター さとう | ウスターソース しお | 21.1 | ラザニアはイ タリアで生ま れたパスタ料 理です。 |
| | やさいのポトフ | 鶏 豚 | ウインナー | たまねぎ にんじん だいこん アスパラガス | じゃがいも | チキンプイオン コンソメ ワイン しお こしょう | | |
| | フルーツあえ | | | なつみかん みかん パイナップル | | | | |
| | ごはん | | | | | こめ | | |
| 31 木 | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | とりにくのしょうがやき | 鶏 小麦 大豆 | とりにく | しょうが | あぶら | さけ みりん しょうゆ | 616 | 鶏肉の生姜 焼きは、セン ターでの手 作りです。 |
| | スパゲティサラダ (マヨネーズ) | 小麦 マヨ(大豆 りんご 卵) | | キャベツ きゅうり にんじん | スパゲティ マヨネーズ | しお | 24.2 | |
| | みだくさんじる | 小麦 大豆 さば | あぶらあげ | だいこん ごぼう にんじん えのきたけ こんにやく はねぎ | さといも | かつおのもと しょうゆ みりん しお | | |