

平成23年 6月 学校給食献立表 南棟2中

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 水	ごはん					ごはん			
	牛乳		乳	牛乳			826	鯖にカレー味をつけて焼きました。給食でも人気のあるメニューです。	
	鯖のカレー焼き		小麦 さば	さば	しょうが	油			
2 木	野菜ソテー		乳 豚	きゃべつ にんじん もやし とうもろこし		バター	35.8		
	中華スープ		小麦 卵 豚 貝類	ぶた肉 うずら卵 わかめ	にんじん こまつな メンマ 白ねぎ	でん粉			
	バーガーパン		小麦 乳			パン	685	バーガーパンにフィッシュハンバーグをはさんで食べてね!	
3 金	フィッシュハンバーグ		小麦	たら わかめ	にんじん 玉ねぎ しいたけ	はるさめ 植物油脂 でん粉 さとう ごま			
	きのこスパゲティ		小麦 乳 貝類 豚	ベーコン	にんにく 玉ねぎ にんじん えのきたけ しめじ	スパゲティ	31.5		
	ポトフ		乳 豚	とり肉 ホークインナー	玉ねぎ にんじん きゃべつ さやいんげん	じゃがいも			
6 月	ごはん					ごはん			
	牛乳		乳	牛乳			875		
	若鶏とレバーのリンゴソース		小麦 りんご	とり肉 とりレバー		でん粉 油 さとう			
7 火	もやしとコーンのお浸し		小麦		もやし とうもろこし	ごま さとう			
	豚汁		豚 さば いわし	ぶた肉 とうふ 油あげ わかめ みそ	こんにやく ごぼう にんじん 白ねぎ		33.9		
	アップルパン		小麦 乳 りんご		リンゴチップ	パン			
8 水	牛乳		乳	牛乳			839		
	いかドーナツフライ		小麦 乳 卵	いか 卵 たら	玉ねぎ あおさ	でん粉 植物油脂 さとう パン粉 小麦粉			
	マカロニサラダ (シーサードレッシング)		小麦 ドレ(乳 卵 リンゴ)		きゃべつ きゅうり にんじん	マカロニ (ドレッシング)		31.8	
9 木	ポタージュ		小麦 乳 豚	牛乳 生クリーム	とうもろこし にんじん 玉ねぎ パセリ	バター			
	麦ごはん		乳	牛乳		むぎごはん			
	夏野菜カレー		小麦 乳 りんご 豚	ぶた肉	なす 玉ねぎ にんじん えだまめ かぼちゃ トマト にんにく しょうが	じゃがいも 油	882	リクエスト献立です。	
10 金	ピーマンの肉詰め		小麦 卵	とり肉 卵	ピーマン 玉ねぎ しょうが	でん粉 パン粉 小麦粉 油		27.6	
	金平ごぼう		小麦 卵 乳	さつまあげ 油あげ	ごぼう にんじん こんにやく さやいんげん	さとう 油 ごま油			
	ごはん		乳	牛乳		ごはん			
11 土	牛乳		乳	牛乳			793		
	餃子		小麦 卵 乳 豚 貝類	とり肉 ぶた肉 卵白	きゃべつ たら 玉ねぎ	とん脂 油 でん粉 ごま油 さとう			
	海藻サラダ (ハンパントレッシング)		ドレ(小麦 豚 セラチン)	かいそう	きゃべつ きゅうり	ごま (ドレッシング)		25.2	
12 日	コーンスープ		乳 卵 豚	ベーコン 卵	玉ねぎ にんじん とうもろこし パセリ	でん粉			
	うどん		小麦	乳		うどん			
	牛乳		乳	牛乳			793		
13 月	山菜うどんのつゆ		小麦 乳 豚	ぶた肉 油あげ かまぼこ	にんじん 白ねぎ さんさい しめじ なめこ	でん粉			
	じゃこと大豆のかき揚げ		小麦 乳 卵 いわし	だいたい ちりめんじゃこ 卵 牛乳	ごぼう 玉ねぎ にんじん 葉ねぎ	小麦粉 でん粉 油		31.9	
	ごま和え		小麦		ほうれん草 にんじん きゃべつ もやし	ごま さとう			
14 火	ごはん(卵ふりかけ)		ふりかけ(小麦 乳 卵)			ごはん (ふりかけ)			
	牛乳		乳	牛乳			793		
	さつま揚げの甘辛煮		小麦	さつまあげ	しょうが	さとう でん粉			
15 水	かぼちゃサラダ (マヨネーズ)		ドレ(卵 りんご)		かぼちゃ きゅうり えだまめ	(マヨネーズ)		28.7	
	あさりの味噌汁		貝類 さば いわし	とうふ あさり わかめ みそ	玉ねぎ				
	食パン(いちごジャム)		小麦 乳			しょくパン ジャム			
16 木	牛乳		乳	牛乳			768		
	ツナオムレツ		卵	卵 マグロフレーク		でん粉 さとう 植物油脂			
	ほうれん草とコーンのソテー		豚	ベーコン	ほうれん草 とうもろこし	油			
17 金	鶏肉と野菜のスープ煮		小麦 乳 豚	とり肉	玉ねぎ にんじん 大根 パセリ	油		34.9	
	ヨーグルト		乳 りんご	脱脂粉乳 加糖練乳 寒天	りんご	果糖 とうもろこし油			
	ごはん		乳	牛乳		ごはん			
18 土	牛乳		乳	牛乳			765		
	黒はんぺんのフライ		小麦 卵 さば	黒はんぺん 卵		小麦粉 でん粉 パン粉 油			
	きゅうりの南蛮漬		小麦		きゅうり	ごま さとう ごま油			
野菜スープ		小麦 豚	ぶた肉	玉ねぎ にんじん チンゲン菜 メンマ		塩 こしょう しょうゆ 中華スープの素 チキンブイヨン	25.0		

○下記の食品を『アレルギー物質』欄に記載します。

(乳・小麦・そば・卵・落花生・えび・かに・ゼラチン・さば・いわし・さんま・豚・りんご・キウイ・桃・バナナ・梨・すいか・びわ・さくらんぼ・柿・貝類・アーモンド・ナッツ類・いくら)

○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、天然だし(鰹節・さば・煮干し)を使ったメニューです。

★『』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		
15 水	飯缶なまり節ごはん 牛乳		小麦 乳	なまりぶし 牛乳	しょうが	ごはん	しょうゆ 塩 酒	742	焼津市の地場産物「なまり節」を使用した献立です。
	厚焼卵		小麦 卵	卵		さとう でん粉	みりん しょうゆ 塩 だし		
	もやし中華炒め		小麦 卵 貝類	さつまあげ	もやし なら	ごま ごま油	塩 オイスターソース こしょう しょうゆ	26.0	
	肉団子と春雨のスープ		小麦 豚	とり肉 ぶた肉	玉ねぎ にんじん しいたけ こまつな しょうが	パン粉 でん粉 はるさめ	塩 しょうゆ こしょう 中華スープの素 チキンブイヨン		
16 木	ツイストパン 牛乳		小麦 乳	牛乳		パン		776	焼津といえば魚介類です。「あじ」をフライにした献立です。
	あじフライ		小麦	あじ		パン粉 小麦粉	塩		
	フルーツサラダ				みかん パイナップル りんご			33.3	
	ポークビーンズ		小麦 乳 豚	ぶた肉 だいず	玉ねぎ にんじん トマト パセリ にんにく	じゃがいも さとう 油	トマトケチャップ スープストック 赤ワイン 中濃ソース 塩		
20 月	ごはん 牛乳		乳	牛乳		ごはん		884	歯の衛生週間献立です。「大豆と煮干しの揚げ煮」は歯応えのあるメニューです。良く噛んで食べましょう。
	ハヤシシチュー		小麦 乳 豚	ぶた肉	にんにく 玉ねぎ にんじん	じゃがいも 油	赤ワイン トマトピューレ 塩 トマトケチャップ ハヤシウ しょうゆ スープストック デミグラスソース		
	大豆と煮干しの揚げ煮		小麦 いわし	だいず 煮干し		でん粉 ごま 油 さとう	しょうゆ みりん	27.3	
	ゆで野菜 (コールスロドレッシング)		ドレ(小麦 卵)		きゃべつ きゅうり にんじん	(ドレッシング)	こしょう		
21 火	ごはん 牛乳		乳	牛乳		ごはん		824	リクエスト献立です。
	かつおチーズフライ		小麦 乳	かつお チーズ		パン粉 小麦粉 ショートニング	塩 こしょう		
	大豆の磯煮		小麦 乳	ひじき だいず 油あげ	にんじん ごぼう こんにやく さやいんげん	油 さとう	和風だしの素 しょうゆ	33.0	
	味噌汁 キウイ		さば いわし キウイ	とうふ 油あげ みそ	えのきたけ こまつな キウイフルーツ		煮干し さばうすけずり		
23 木	冷やし中華めん(タレ) 牛乳		小麦 乳(小麦) 乳	牛乳		ひやしちゅうかめん	(タレ)	767	旬の野菜「えだまめ」を使用した献立です。
	冷やし中華の具		小麦	わかめ	きゅうり にんじん もやし	ごま ごま油 さとう	しょうゆ 酢 洋からし		
	ベーコン入り卵焼き		小麦 乳 卵 豚 りんご	卵 ベーコン		さとう でん粉 油	りんご酢 塩	33.4	
	枝豆				えだまめ		塩		
24 金	ごはん 牛乳		乳	牛乳		ごはん		868	リクエスト献立です。
	竹輪の南部揚げ		小麦 卵	ちくわ 卵		小麦粉 でん粉 油 白・黒ごま			
	パンサンスー わかめスープ		小麦 小麦 卵 乳 豚	とうふ 卵 わかめ	きゃべつ にんじん もやし	はるさめ さとう ごま油	しょうゆ 酢 塩 洋からし	29.8	
	冷凍みかん				たけのこ にんじん 葉ねぎ	でん粉	塩 しょうゆ コンソメスープ チキンブイヨン		
27 月	ナン 牛乳		小麦 乳	牛乳		ナン		779	ナンにドライカレーをつけて食べてね☆
	ドライカレー		小麦 乳 豚 りんご	ぶた肉 とり肉	玉ねぎ にんじん えだまめ レーズン にんにく しょうが	小麦粉 油	アップルピューレ 中濃ソース トマトケチャップ スープストック 塩 チャツネ カレー粉 しょうゆ		
	ポテトサラダ(マヨネーズ)		マヨ(卵 りんご)		きゅうり にんじん	じゃがいも (マヨネーズ)	塩 こしょう	31.2	
	ワンタンスープ チーズ		小麦 乳 豚 貝類 乳	ぶた肉 チーズ	玉ねぎ きゃべつ しょうが	小麦粉 とん脂 酒 でん粉 さとう	塩 こしょう 酒 コンソメスープ チキンブイヨン 香辛料 オイスターソース		
28 火	ごはん 牛乳		乳	牛乳		ごはん		837	
	肉団子のデミグラスソース		小麦 乳 豚	とり肉 ぶた肉	れんこん 玉ねぎ	パン粉 とん脂 でん粉 油 さとう	塩 しょうゆ みりん 香辛料 トマトケチャップ デミグラスソース 中濃ソース 赤ワイン		
	ひじきサラダ (ごまドレッシング)		小麦 ドレ(小麦 卵)	ひじき	たけのこ にんじん えだまめ	さとう (ドレッシング)	みりん しょうゆ	28.3	
	けんちん汁		小麦 さば	とうふ とり肉	ごぼう にんじん しいたけ 白ねぎ	さといも でん粉 ごま油	かつおの素 しょうゆ みりん 塩		
29 水	ごはん 牛乳		乳	牛乳		ごはん		850	焼津市の地場産物「かつお節」を使用した「お浸し」です。
	えびしゅうまい		小麦 えび 豚 貝類	たら えび	玉ねぎ	とん脂 さとう 小麦粉 でん粉	チキンブイヨン 塩 魚介エキス ほたてエキス 香辛料		
	お浸し 肉じゃが		小麦 乳 豚	かつお節 ぶた肉	きゃべつ きゅうり にんじん にんじん 玉ねぎ こんにやく きぬさや	さとう じゃがいも 油 さとう	しょうゆ 和風だしの素 しょうゆ みりん 和風だしの素		
30 木	ごはん 牛乳		乳	牛乳		ごはん		769	焼津市の地場産物「つみれ」を使用した献立です。
	豆腐ステーキそぼろあんかけ		小麦	とう乳 とり肉	白ねぎ しょうが	でん粉 油 さとう	しょうゆ		
	ゆかり和え				きゃべつ きゅうり	ごま	ゆかり粉	26.8	
	つみれ汁		いわし さば	つみれ みそ	大根 ごぼう にんじん 白ねぎ しょうが		かつおの素 さばうすけずり		

☆ふるさと給食週間☆ 『6/10 ~ 6/16』

焼津の地場産物

毎月、静岡県内の市町村の郷土料理や地場産物を使った料理を取り入れています。

今月は、ふるさと給食週間に合わせて、地元『焼津市』の地場産物や郷土料理をふんだんに取り入れた献立がたくさんあります。

黒はんぺん 竹輪 なんと さつま揚げ なまり節
かつお かつお節 さば 海洋深層水 など