

# 平成24年 2月 学校給食献立表 北棟3

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		エネルギー (kcal) たん白質(g)
1 水	チョコチップパン		小麦 乳			チョコチップパン		744	リクエスト献立です。
	牛乳		乳	牛乳					
	かぼちゃのコロッケ		小麦	かぼちゃ たまねぎ	小麦粉 じゃがいも パンこ でんぶん あぶら さとう	塩			
	ごぼうサラダ (マヨネーズ)	リクエスト 献立	小麦 マヨ(卵 りんご)	ごぼう きゅうり にんじん えだまめ	さとう マヨネーズ	しょうゆ みりん			
クリームシチュー		乳 小麦 豚 貝類	とりにく 牛乳 生クリーム	にんじん たまねぎ グリンピース パセリ	じゃがいも あぶら	スープストック 塩 こしょう ペシヤメルソース		23.0	
2 木	ごはん		乳	牛乳		こめ		616	季節の献立 「わかさぎの フリッター」 の献立です。
	牛乳		乳	牛乳					
	いわしのしょうがに	魚	小麦 いわし	いわし	しょうが	さとう こめでんぶん	みりん しょうゆ 香辛料		
	あさづけ		小麦	しおこんぶ	きゃべつ きゅうり にんじん		塩		
かきたまじる	卵	小麦 さば いわし	たまご かまぼこ	にんじん たまねぎ はねぎ	でんぶん	かつおの素 しょうゆ 塩		25.7	
ふくまめ		アーモンド ナッツ類 小麦	だいたいず	寒梅粉 フラクトオリゴ糖	こむぎこ でんぶん あぶら	塩			
3 金	ごはん		乳	牛乳		こめ		648	季節の献立 「わかさぎの フリッター」 の献立です。
	牛乳		乳	牛乳					
	わかさぎのフリッター	魚	小麦	わかさぎ		とうもろこしでんぶん こむぎこ あぶら	塩 ベーキングパウダー		
	キムチあえ		小麦 りんご えび いわし		きゅうり	ごまあぶら さとう	しょうゆ 酒 キムチの素 中華スープの素 しょうゆ 酒 オイスターソース 塩 こしょう		
はくさいのうまに		豚 小麦 卵 貝類	ぶたにく うずらたまご あつあげ	はくさい にんじん たけのこ しろねぎ	マロニー さとう あぶら でんぶん こまあぶら		21.5		
6 月	スタミナパン		乳 卵 小麦			スタミナパン		725	リクエスト献立です。
	牛乳		乳	牛乳					
	ツナオムレツ	魚	卵 小麦 りんご	まぐろ たまご	たまねぎ	あぶら マヨネーズ でんぶん	りんご酢 塩 香辛料 調味料		
	フルーツサラダ		桃		みかんかん バインかん おうとうかん				
やさしいスープ		乳 豚	ベーコン	たまねぎ にんじん キャベツ チンゲンさい とうもろこし		コンソメスープ こしょう チキンブイヨン 塩	24.7		
7 火	ごはん		乳	牛乳		こめ		711	まぐろナゲット は、親子で 作る学校給 食メニュー コンクールで 教育長賞を受 賞した献立で す。
	牛乳		乳	牛乳					
	おからたっぷり まぐろナゲット(ソース)	魚	小麦 卵 ソース(小麦 卵)	まぐろ すけそうだら いとより たまご おから	おおぼ	でんぶん さとう あぶら ドレッシング	塩 調味料		
	こまつなのアーモンドあえ		アーモンド 小麦		こまつな キャベツ	アーモンド さとう	しょうゆ みりん		
にくじゃが		小麦 乳 豚	ぶたにく	にんじん たまねぎ さやえんどう こんにゃく	じゃがいも さとう あぶら	和風だし しょうゆ しょうゆ	18.7		
8 水	ソフトめん	豆	小麦			ソフトめん		683	ペスカトーレ とはイタリア の言葉で、 「漁師風」と いう意味で す。
	牛乳		乳	牛乳					
	ウインナーのたまごまき		豚 小麦 卵	たまご ぶたにく とりにく		さとう でんぶん あぶら 豚脂	トマトケチャップ 塩 みりん しょうゆ かつおエキス 香辛料 調味料		
	キャベツサラダ		小麦		キャベツ こまつな とうもろこし	ごま さとう あぶら	しょうゆ す トマトケチャップ 中濃ソース トマトピューレ スープストック 白ワイン ペシヤメルソース オイスターソース こしょう クッキングソース 塩		
ペスカトーレソース	魚	豚 えび 乳 貝類 小麦	ベーコン いか あさり えび チーズ	たまねぎ ピーマン にんじん トマト にんにく	さとう あぶら		29.5		
9 木	ごはん		乳	牛乳		こめ		669	くろはんべん おいもとさくら えびの揚げ 煮は、親子で 作る学校給 食メニュー コンクールで優 秀賞を受賞し た献立です。
	牛乳		乳	牛乳					
	くろはんべん・おいもと さくらえびのあげに	魚	小麦 えび さば	くろはんべん さくらえび だいたいず		さつまいも あぶら さとう でんぶん	みりん さけ しょうゆ		
	ごまずあえ		小麦		キャベツ きゅうり	ごま さとう	しょうゆ す 塩		
みそけんちんじる	豆	いわし さば	とりにく とうふ みそ	だいこん ごぼう はねぎ にんじん こんにゃく	ごまあぶら さといも	にぼし さばうすけずり	21.1		
10 金	はんかんむぎごはん	豆	小麦			こめ おおむぎ		701	リクエスト献立です。
	牛乳		乳	牛乳					
	チキンカレー		乳 小麦 豚 りんご	とりにく チーズ	にんじん セロリ たまねぎ にんにく しょうが	じゃがいも あぶら	カレーフレーク 中濃ソース スープストック こしょう チャツネ アップルピューレ		
	にくしゅうまい		豚 小麦 貝類	ぶたにく とりにく	たまねぎ しょうが	豚脂 でんぶん こむぎこ だいたいず さとう	チキンブイヨン 塩 酢 しょうゆ しょうゆ ほたてエキス		
かいそうサラダ (あおじそドレッシング)		ドレ (小麦 貝類)	かいそう	キャベツ きゅうり	ごま	ドレッシング	22.3		
13 月	まっちゃんパン		小麦 乳			まっちゃんパン		690	掛川市の産 物芽キャベツ と抹茶を使っ た献立です。
	牛乳		乳	牛乳					
	さけのチーズころもやき	魚	乳 小麦	さけ チーズ		でんぶん あぶら パンこ	塩		
	ゆでやさしい (イタリアンドレッシング)		ドレ(小麦 乳 豚 りんご)		キャベツ きゅうり にんじん	ドレッシング	塩 こしょう		
めキャベツいり トマトシチュー		豚 小麦 乳	ぶたにく	にんじん たまねぎ 芽キャベツ トマト	あぶら	ハヤシルウ こしょう デミグラスソース 赤ワイン 中濃ソース スープストック 塩 トマトケチャップ	29.9		
キウイフルーツ		キウイ			キウイフルーツ				
14 火	ごはん		乳	牛乳		こめ		599	豚肉には疲 労回復にきく ビタミンBが 豊富です。
	牛乳		乳	牛乳					
	ぶたにくのしょうがやき		豚 小麦	ぶたにく	しょうが	さとう でんぶん	しょうゆ 香辛料 みりん		
	もやしちゅうかいため	魚	貝類 小麦 卵	さつまあげ	もやし いら	ごま ごまあぶら	オイスターソース 塩 こしょう しょうゆ		
えびだんご はるさめのスープ	魚	豚 小麦 えび	さくらえび すけそうだら	たまねぎ にんじん はくさい ほししいたけ はねぎ	はるさめ さとう でんぶん	塩 しょうゆ チキンブイヨン 中華スープの素 こしょう	24.2		

○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・やまいも・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。 ★『魚』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。

★『豆』のマークは、魚介類を使ったメニューです。

★『豆』のマークは、どんぶりが付くメニューです。

# 平成24年 2月 学校給食献立表 北棟3

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		
15 水	ごはん					こめ		722	リクエスト献立です。
	牛乳		乳	牛乳					
	わかどりのからあげ		小麦 卵	からあげ粉 (小麦 卵)	とりにく	あぶら	からあげ粉		
	れんこんサラダ (ごまドレッシング)		小麦	ドレ(小麦 卵)	れんこん こまつな にんじん	さとう ドレッシング	しょうゆ みりん こしょう		
	とんじる		豚 さば いわし	ぶたにく あぶらあげ みそ	たまねぎ ごぼう にんじん だいこん はねぎ	さといも	にぼし さばうすけずり	27.9	
16 木	ごはん あわせず					こめ	あわせず	646	のりにごはん と好きな具を のせ、手巻き 寿司にして食 べてください。
	牛乳		乳	牛乳					
	てまきずしのぐ (あなごたまご)		小麦 卵	あなご たまご		さとう でんぶん あぶら	みりん しょうゆ 塩 かつおだし		
	てまきようやきのり		卵	のり					
	ツナマヨネーズ		卵	まぐろ	たまねぎ	マヨネーズ	調味料	22.7	
	そくせきつけ すましじる		小麦 さば いわし 小麦	さば いわし 小麦	とうふ わかめ かまぼこ	ごま でんぶん	かつおの素 しょうゆ みりん 塩		
17 金	ちゅうかめん		小麦			ちゅうかめん		603	
	牛乳		乳	牛乳					
	しょうゆラーメン		豚 小麦 貝類 卵	ぶたにく やきぶた なた わかめ	にんじん チンゲンさい しろねぎ とうもろこし メンマ にんにく しょうが		酒 しょうゆラーメンスープ 中華スープの素 チキンブイオン オイスターソース		
	ねぎみそパオズ		小麦 豚	ぶたにく みそ	しろねぎ キャベツ たまねぎ いら しょうが	とうもろこしでんぶん ごまあぶら グラニュー糖	しょうゆ 調味料 香辛料 発酵調味料		
	ナムル		小麦		ほうれんそう にんじん もやし	ごま ごまあぶら さとう	しょうゆ 塩 酢 一味唐辛子		
20 月	しょくパン		小麦 乳			しょくパン		714	今日のグラタン はカップご と食べられます。
	牛乳		乳	牛乳					
	ポテトカップグラタン		小麦 乳 豚	チーズ 牛乳	たまねぎ にんじん かぼちゃ	マカロニ あぶら でんぶん さとう マーガリン バター	塩 香辛料 酸味料 コンソメ		
	やさしいソテー				ほうれんそう にんじん もやし とうもろこし	あぶら	塩 こしょう		
	チリコンカーン		小麦 乳 豚	ぶたにく だいず	たまねぎ にんじん	あぶら	トマトケチャップ 中濃ソース 塩 チリミックス こしょう	28.7	
	みかんジャム				みかん	みずあめ さとう	赤ワイン		
21 火	ごはん					こめ		768	鉄分たっぷり の「ひじき」を 使った献立で す。
	牛乳		乳	牛乳					
	みそかつ		小麦 豚	みそ ぶたにく	しょうが	さとう ごま あぶら パンこ こむぎこ	みりん 塩 こしょう		
	ひじきとツナのにも		乳 小麦	ツナ ひじき	にんじん さやいんげん こんにやく	さとう あぶら	和風だし しょうゆ みりん しょうゆ		
	のっぺいじる		さば いわし 小麦	とりにく あぶらあげ	だいこん にんじん しろねぎ	さといも でんぶん	かつおの素 さばうすけずり しょうゆ 酒 塩	24.1	
	デザート		小麦 乳 卵	たまご 脱脂粉乳 全粉乳	いちご	こむぎこ あぶら さとう 水あめ	塩 香料		
22 水	うどん		小麦			うどん		623	
	牛乳		乳	牛乳					
	だいずとじゃこのかきあげ		いわし 乳 卵 小麦	だいず 牛乳 たまご ちりめんじゃこ	ごぼう たまねぎ はねぎ	こむぎこ でんぶん あぶら			
	キャベツと わかめのすのもの		小麦	わかめ	キャベツ にんじん	さとう ごま	しょうゆ 塩 酢		
	きつねうどん		小麦 いわし さば	とりにく あぶらあげ かまぼこ	にんじん たまねぎ ほうさい ほししいたけ しろねぎ	でんぶん	しょうゆ みりん にぼし 塩 かつおの素	24.8	
23 木	ごはん					こめ		636	
	牛乳		乳	牛乳					
	しのだに		小麦 卵	とりにく あぶらあげ	たまねぎ にんじん	さとう あぶら こむぎこ	酒 みりん しょうゆ 塩 かつお風味調味料 調味料		
	もやしとコーンのごまあえ		小麦	とうふ たまご	とうもろこし もやし	ごま さとう	しょうゆ		
	ちゅうかスープ		豚 卵 貝類 小麦	ぶたにく ずらたまご わかめ	にんじん キャベツ しろねぎ メンマ	でんぶん	酒 チキンブイオン 塩 こしょう オイスターソース 中華スープの素	25.2	
	さけふりかけ		さけ	さけ のり		ごま	調味料		
24 金	はんかんカレーピラフ		乳 小麦 豚		にんじん とうもろこし マッシュルーム	こめ さとう バター あぶら	チキンブイオン 塩 カレー粉 香辛料 ポークエキス	736	ラビオリはイ タリアで食べ られているパ スタの1つで す。
	牛乳		乳	牛乳					
	かわはぎの アーモンドフライ		小麦 アーモンド	かわはぎ		アーモンド パンこ こむぎこ こめこ あぶら	塩 こしょう		
	いんげんと はるさめのいためもの		豚 貝類 小麦	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	とうもろこしでんぶん	中華スープの素 こしょう オイスターソース 塩 酒		
	ラビオリのスープ		豚 小麦	ベーコン ぶたにく	たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし パセリ	こむぎこ あぶら パン粉 ポークエキス 香辛料	コンソメスープ しょうゆ チキンブイオン こしょう 塩	25.2	
27 月	ミルクパン		小麦 乳			ミルクパン		707	今が旬の「ブ ロccoli」を 使った献立で す。
	牛乳 (牛乳でんかぶつ)		乳	牛乳					
	とりにくとレバーの ピーナッツあえ		ナッツ類	とりにく とりレバー		でんぶん ピーナッツ あぶら さとう	トマトケチャップ 赤ワイン 中濃ソース		
	ブロッコリーのサラダ (マヨネーズ)		マヨ (卵 りんご)		ブロッコリー にんじん とうもろこし	マヨネーズ	塩 こしょう		
	ベーコンと チンゲンさいのスープ		豚 小麦	ベーコン ぶたにく	たまねぎ にんじん チンゲンさい	でんぶん	チキンブイオン こしょう 塩 中華スープの素 しょうゆ	27.3	
28 火	くろまいごはん					こめ		617	くろまいを混 ぜて炊いたく ろまいごはん の献立です。
	牛乳		乳	牛乳					
	ぶりの みりんじょうゆつけやき		小麦	ぶり			しょうゆ 塩 みりん		
	ゆかりあえ				キャベツ きゅうり		ゆかり粉		
	みそしる		いわし さば	とうふ あぶらあげ みそ	こまつな えのき		にぼし さばうすけずり	25.0	
	でこぼん				でこぼん				
29 水	ごはん					こめ		595	今が旬の「な のはな」を 使った献立で す。
	牛乳		乳	牛乳					
	やきにく		豚 貝類 りんご 小麦	ぶたにく	たまねぎ いら しょうが にんにく	ごま ごまあぶら さとう	オイスターソース 豆板醤 アップルビュレ しょうゆ		
	なのはなのからしあえ		小麦		なのはな キャベツ にんじん		しょうゆ みりん 洋からし		
	かにとレタスのスープ		小麦 豚 かに 卵	たまご かに	レタス にんじん たまねぎ	でんぶん	チキンブイオン 塩 こしょう 中華スープの素 しょうゆ	24.2	