

平成24年 2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) <small>たん白質(g)</small>	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	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 なると 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 チキンブイヨン 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
2 木	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	28.8	
	ごはん					こめ			
	牛乳		乳	牛乳					
	いわしのしょうがに	🐟	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		
3 金	あさづけ		小麦	しおこんぶ	きゃべつ きゅうり にんじん		塩	616	
	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 ピーナッツ アーモンド	かつおの素 しょうゆ 塩		
	ふくまめ		アーモンド ナッツ類 小麦	だいず	寒梅粉 フラクトオリゴ糖	こむぎこ でんぶん あぶら	塩		
	まっちゃん		小麦 乳			まっちゃん			
6 月	牛乳		乳	牛乳				690	
	さげのチーズころもやき	🐟	乳 小麦	さげ チーズ		でんぶん あぶら パンこ	塩		
	ゆでやさい (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		
7 火	キウイフルーツ		キウイ			キウイフルーツ		29.9	
	ごはん					こめ			
	牛乳		乳	牛乳					
	おからたっぷり まぐろナゲット(ソース)	🐟	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	おおば	でんぶん さとう あぶら ドレッシング	塩 調味料		
8 水	こまつなアーモンドあえ		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	711	
	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	和風だしの素 みりん しょうゆ		
	ごはん		乳	牛乳		こめ			
	牛乳		乳	牛乳		さとう ごま あぶら パンこ こむぎこ			
9 木	みそかつ		小麦 豚	みそ ぶたにく	しょうが		みりん 塩 こしょう	768	
	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 こんにゃく	さとう あぶら	和風だしの素 みりん しょうゆ かつおの素 さばうすけずり しょうゆ 酒 塩		
	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	さとも でんぶん			
	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		
10 金	しよパン		小麦 乳			しよパン		714	
	牛乳		乳	牛乳		じゃがいも こむぎこ 豚脂 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		
	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				
	やさいソテー			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			
11 水	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		
	ごはん					こめ			
	牛乳		乳	牛乳					
12 木	ぶりの みりんじょうゆづけやき	🐟	小麦	ぶり			しょうゆ 塩 みりん	617	
	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		
	でこぼん				でこぼん				
13 火	ソフトめん	🍷	小麦			ソフトめん		683	
	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 ペシャメルソース オイスターソース こしょう クッキングソース 塩		
14 火	ベスカトーレスソース	🐟	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 オイスターソース こしょう		29.5	
	ごはん					こめ			
	牛乳		乳	牛乳					
	わかさぎのフリッター	🐟	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		
15 月	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	21.5	
	はくさいのうまに		豚 卵	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 ごまあぶら			
	はんかんむぎごはん	🍷	小麦				こめ おおむぎ		
	牛乳		乳	牛乳					
16 火	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	701	
	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 だいず さとう	チキンブイヨン 塩 発酵調味料 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		
	ごはん					こめ			

○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。 ★『🍷』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。

リクエスト
献立

リクエスト
献立

平成24年 2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		
15 水	うどん		小麦			うどん		623	
	牛乳		乳	牛乳					
	だいたずとじゃこのかきあげ		いわし 乳卵 小麦	たいず 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 はくさい 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	
16 木	ごはん					こめ		595	今が旬の「なののはな」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 アップルビューレ しょうゆ		
	なののはなのからしあえ		小麦		なののはな キャベツ にんじん		しょうゆ みりん 洋からし		
	かにとれタスのスープ		小麦 豚 かに	たまご かに	レタス にんじん たまねぎ	でんぶん	チキンブイヨン 塩 こしょう 中華スープの素 しょうゆ	24.2	
17 金	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		
	リクエスト献立 ごぼうサラダ (マヨネーズ)		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 ペンハメルソース	23.0	
20 月	ごはん					こめ		669	くろはんぺん おいもとさくらえびのあげに 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					
	くろはんぺん・おいもとさくらえびのあげに		小麦 えび さば	くろはんぺん さくらえび 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		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	
21 火	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		小麦	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	
そくせきづけ		小麦		キャベツ しょうが たくあん	ごま	かつおの素 しょうゆ			
すましじる		さば いわし 小麦	とうふ わかめ かまぼこ	ほうれんそう えのきたけ	でんぶん	みりん 塩			
22 水	はんかんカレーラフ		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	チキンブイヨン 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 小むぎこ 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		
	ラビオリのスープ		豚 乳 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 チキンブイヨン こしょう 塩	25.2	
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 とうふ 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 チキンブイヨン 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	ミルクパン		小麦 乳			ミルクパン		707	今が旬の「ブロッコリー」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)		小麦 (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	チキンブイヨン こしょう 塩 中華スープの素 しょうゆ	27.3	
27 月	ごはん					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		
	もやしのちゅうかいため		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		
	えびだんごとはるさめのスープ		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	
28 火	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		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	
29 水	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					
	リクエスト献立 ツナオムレツ		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	