


# 平成24年 2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	ミルクパン		小麦 乳			ミルクパン		870	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		牛乳でんかぶつ			
	鶏肉とレバーの ピーナッツ和え		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 どうもろこし	マヨネーズ	塩 こしょう		
2 木	うどん	🍷	小麦			うどん		781	
	牛乳		乳	牛乳					
	大豆とじゃこのかき揚げ	🐟	いわし 乳 卵 小麦	だいたい 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 わかめの酢の物		小麦	わかめ	キャベツ にんじん	さとう ごま	しょうゆ 塩 酢		
3 金	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	761	節分献立です。楽しんで食べてください。
	ごはん		乳	牛乳		こめ			
	牛乳		乳	牛乳					
	いわしのしょうがが煮	🐟	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		
6 月	浅漬け		小麦	しおこんぶ	きゃべつ きゅうり にんじん		塩	30.6	
	かき卵汁	🐟	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 こむぎこ でんぶん あぶら	かつおの素 しょうゆ 塩		
	福豆		アーモンド ナッツ類 小麦	だいたい	寒梅粉 フラクトオリゴ糖		塩		
	食パン		小麦 乳			しょくパン			
7 火	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	811	今日のグラタンはカップごと食べられます。
	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				
	野菜ソテー				ほうれんそう にんじん もやし どうもろこし	あぶら	塩 こしょう		
	チリコンカーン		小麦 乳 豚	ぶたにく だいたい	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 赤ワイン		
8 水	みかんジャム			みかん		みずあめ さとう		905	リクエスト献立です。
	ごはん		乳	牛乳		こめ おおむぎ			
	牛乳		乳	牛乳					
	飯缶ごはん	🍷	乳	牛乳			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		
9 木	チキンカレー	🗨️ リクエスト 献立	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		28.1	
	肉しゅうまい		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 さとう	チキンピジョン 塩 醗酵調味料 ほたてエキス		
	海藻サラダ (青じそドレッシング)		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		乳	牛乳		こめ			
10 金	牛乳		乳	牛乳				753	豚肉には疲労回復にきくビタミンBが豊富です。
	豚肉のしょうが焼き		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		
	もやしの中華炒め	🐟	貝類 小麦 卵	さつまあげ	もやし にはら	ごま ごまあぶら	オイスターソース 塩 こしょう しょうゆ		
	えび団子と春雨のスープ	🐟	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 チキンピジョン 中華スープの素 こしょう		
11 土	ごはん		乳	牛乳		こめ		822	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	🐟	小麦	わかさぎ		どうもろこしでんぶん こむぎこ あぶら	塩 ペーキングパウダー		
	キムチ和え		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		
12 日	白菜のうま煮		豚 卵 小麦 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 ごまあぶら		26.5	
	ごはん		乳	牛乳		こめ			
	牛乳		乳	牛乳					
	若鶏のから揚げ	🗨️ リクエスト 献立	からあげ粉 (小麦 卵)	とりにく		あぶら	からあげ粉		
13 月	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	33.4	リクエスト献立です。
	豚汁	🍷	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		
	抹茶パン		小麦 乳			まつちやパン			
	牛乳		乳	牛乳					
14 火	鮭のチーズ衣焼き	🐟	乳 小麦	さけ チーズ		でんぶん あぶら パンこ	塩	799	掛川市の産物芽キャベツと抹茶を使った献立です。
	ゆで野菜 (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		
	芽キャベツ入り 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		
	キウイフルーツ		キウイ			キウイフルーツ			
15 水	ごはん		乳	牛乳		こめ		964	鉄分たっぷりの「ひじき」を使った献立です。
	牛乳		乳	牛乳		さとう ごま あぶら パンこ こむぎこ	みりん 塩 こしょう		
	みそかつ		小麦 豚	みそ ぶたにく	しょうが		和風だしの素 みりん しょうゆ		
	ひじきとツナの煮物	🐟	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	かつおの素 さばうすけずり しょうゆ 酒 塩		
16 木	のっぺい汁		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		29.9	
	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		

○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。

平成24年 2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)	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		773		
	牛乳		乳	牛乳						
	信田煮		小麦 卵	とりにく あぶらあげ とうふ たまご	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和え		小麦		とうもろこし もやし	ごま さとう	しょうゆ			
	中華スープ		豚 卵 貝類 小麦	ぶたにく うずらたまご わかめ	にんじん キャベツ しろねぎ メンマ	でんぶん	酒 チキンブイヨン 塩 こしょう オイスターソース 中華スープの素			
さけふりかけ		さけ	さけ のり			ごま	調味料	28.5		
16 木	中華めん		小麦			ちゅうかめん		774		
	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 にら 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			36.8
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				
17 金	黒米ごはん					こめ		766		
	牛乳		乳	牛乳						
	ぶりの みりんじょうゆ漬け焼き		小麦	ぶり						しょうゆ 塩 みりん
	ゆかり和え				キャベツ きゅうり					ゆかり粉
	みそ汁		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				
20 月	スタミナパン		乳 小麦			スタミナパン		845	リクエスト 献立です。	
	牛乳		乳	牛乳						
	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					
野菜スープ		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	28.4		
21 火	飯缶カレービラフ		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	945	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 とうもろこしでんぶん	塩 こしょう			
	いんげんと春雨の炒め物		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	はるさめ ごまあぶら	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 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			31.0
22 水	ごはん					こめ		746	今が旬の「な のはな」を 使った献立で す。	
	牛乳		乳	牛乳						
	焼肉		豚 貝類 りんご 小麦	ぶたにく	たまねぎ にら 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 アップルビュール しょうゆ			
	菜の花のからし和え		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	チキンブイヨン 塩 こしょう 中華スープの素 しょうゆ	28.9		
23 木	ごはん					こめ		882	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)		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			
	小松菜のアーモンド和え		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			
肉じゃが		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	22.4		
24 金	ソフトめん		小麦			ソフトめん		833	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						
	ウインナーの卵巻き		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			
ペスカトーレソース		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 ビーマン 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	トマトケチャップ 中濃ソース トマトビュール スープストック 白ワイン ベジカメルソース クッキングソース 塩	35.4			
27 月	チョコチップパン		小麦 乳			チョコチップパン		890	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)		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 ベジカメルソース	26.9		
28 火	ごはん 合わせ酢					こめ	あわせ酢	790	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						
	手巻き寿司の具 (あなご 卵)		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			
	手巻き用焼きのり			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
即席漬け		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	26.8		
すまし汁		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			
29 水	ごはん					こめ		841	くろはんべん おひもとさくら 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						
	黒はんぺん・おひもと 桜えびの揚げ煮		小麦 えび さば	くろはんぺん さくらえび だいず		さつまいも あぶら さとう でんぶん	みりん さけ しょうゆ			
	ごま酢和え		小麦		キャベツ きゅうり	ごま さとう	しょうゆ す 塩			
みそけんちん汁		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	25.7		