

平成24年 4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 | |
| 9月 | うさぎがたパン 牛乳 | | 小麦 乳 乳 | 牛乳 | | パン | | 608 今日のパン はうさぎの形 をした。かわ いらしいパン になっています。 |
| | チキンのチーズやき | | 小麦 乳 | とり肉 チーズ | パセリ あかピーマン | パン粉 さとう 植物油 | しょうゆ 塩 香辛料 | |
| | やさいソテー | | 乳 豚 | | きゃべつ にんじん もやし | バター 油 | 塩 こしょう コンソメスープ | |
| | 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 | 塩 こしょう コンソメスープ | |
| 10火 | ごはん 牛乳 | | 乳 | 牛乳 | | こめ | | 646  |
| | えびしゅうまい |  | 小麦 えび 豚 いわし 貝類 | たら えび 大豆粉 | 玉ねぎ | 豚脂 でん粉 さとう 小麦粉 | チキンブイヨン 塩 魚介エキス ほうたけエキス 香辛料 | |
| | きゅうりのごまじょうゆ | | 小麦 | | きゅうり | ごま さとう ごま油 | しょうゆ す | |
| | マーボーはるさめ | | 小麦 豚 貝類 | ぶた肉 | 玉ねぎ にんじん きゃべつ はねぎ チンゲンさい しいたけ しょうが | はるさめ ごま油 油 さとう でん粉 | しょうゆ オイスターソース ちゅうかスープの素 塩 トウバンジャン | |
| 11水 | ごはん(ふりかけ) 牛乳 | | 乳 | 牛乳 | (かつおけずりぶし のり) | こめ (さとう) | (塩 調味料) | 673 地場産物使用 献立、季節の 献立です。地 元の産物「黒 はんぺん」、 旬の野菜「た けのこ」を使 用していま す。 |
| | くろはんぺんフライ |  | 小麦 卵 さば いわし | くろはんぺん 卵 | | 小麦粉 でん粉 パン粉 油 | | |
| | たけのこあらめのにももの | | 小麦 乳 いわし | あらめ とり肉 | にんじん たけのこ きぬさや | さとう 油 | しょうゆ 酒 和風だしの素 | |
| | とんじる |  | さば いわし 豚 | ぶた肉 とうふ 油あげ わかめ みそ | こんにゃく ごぼう にんじん 白ねぎ | | にぼし さばうすけずり | |
| 12木 | ミルクパン 牛乳 | | 小麦 乳 乳 | 牛乳 | | ミルクパン | | 659  |
| | わかどりとレバーのケチャップあえ | | | とり肉 とりレバー | | でん粉 油 さとう | あかワイン ちゅうのうソース トマケチャップ | |
| | はるさめサラダ (ナムルドレッシング) | | 小麦 豚 | | きゃべつ きゅうり にんじん | はるさめ ドレッシング | 塩 こしょう | |
| | ベーコンとチンゲンさいのスープ | | 小麦 豚 | ベーコン ぶた肉 | 玉ねぎ にんじん とうもろこし チンゲンさい | でん粉 | 塩 しょうゆ チキンブイヨン ちゅうかスープの素 こしょう | |
| 13金 | ごはん 牛乳 |  | 乳 | 牛乳 | | こめ | | 666 リクエスト献 立です。 |
| | ツナオムレツ |  | 小麦 卵 りんご | 卵 まぐろ | 玉ねぎ | さとう マヨネーズ 油 | りんご酢 塩 香辛料 | |
| | やさいのピーナッツあえ | | 小麦 落花生 | | ほうれんそう にんじん きゃべつ | ピーナッツ さとう | しょうゆ | |
| | やいづおでん(おでんこ) |  | 小麦 卵 さば いわし (さば いわし) | ちくわ さつまあげ こんぶ くろはんぺん (あおのり) (さば いわしけずり粉) | 大根 こんにゃく | じゃがいも | みりん 酒 塩 かつおの素 しょうゆ | |
| 16月 | ごはん 牛乳 |  | 乳 | 牛乳 | | こめ | | 705 今日のカレー は豚肉を使っ た「ポークカ レー」です。 豚肉には疲 労を回復する ビタミンBが たくさん入っ ています。 |
| | ポークカレー | | 小麦 乳 豚 りんご | ぶた肉 チーズ | にんじん 玉ねぎ セロリ にんにく しょうが | じゃがいも 油 | アップルビュレー こしょう ちゅうのうソース カレーフレーク スープストック チャツネ | |
| | フィッシュナゲット |  | 小麦 豚 いわし | たちうお あじ いわし とり肉 ぶた肉 大豆粉 | 玉ねぎ しょうが | でん粉 さとう ラード 油 小麦粉 コーンフラワー | 調味料 塩 こんぶエキス 魚介エキス | |
| | キャベツサラダ | | 小麦 | | きゃべつ こまつな とうもろこし | ごま さとう 油 | しょうゆ す | |
| 17火 | せきはん(ごましお) 牛乳 | | 乳 | 牛乳 | | こめ (ごま) | (塩) | 776 入学・進級お 祝い献立で す。 |
| | わかどりのからあげ | | 小麦 乳 卵 | とり肉 卵 | | 油 でん粉 小麦粉 さとう | 塩 酒 香辛料 しょうゆ | |
| | ごぼうサラダ(ごまドレッシング) | | 小麦 ドレ(小麦 卵) | | ごぼう きゅうり にんじん えだまめ | さとう ドレッシング | みりん しょうゆ | |
| | かきたまじる |  | 小麦 卵 さば いわし | 卵 かまぼこ | にんじん 玉ねぎ はねぎ | でん粉 | かつおの素 しょうゆ 塩 | |
| 18水 | ソフトめん 牛乳 |  | 小麦 乳 | 牛乳 | | ソフトめん | | 741 リクエスト献 立です。 |
| | ミートソース | | 小麦 乳 豚 貝類 | ぶた肉 みそ | 玉ねぎ にんじん にんにく | 油 | トマトビュレー トマケチャップ スープストック クッキングソース デミグラスソース ベジナルソース ちゅうのうソース | |
| | かぼちゃコロッケ | | 小麦 乳 | | かぼちゃ 玉ねぎ | パン粉 小麦粉 植物油 さとう マーガリン 油 | みりん こしょう 塩 | |
| | かいそうサラダ (あおじそドレッシング) | | 小麦 | かいそう | きゃべつ きゅうり | ごま | ドレッシング | |
| 19木 | ごはん 牛乳 | | 乳 | 牛乳 | | こめ | | 615 旬の野菜「新 玉ねぎ」を使 用した献立で す。 |
| | あつやきたまご | | 小麦 卵 ゼラチン | 卵 | | 植物油 さとう でん粉 ゼラチン | 塩 かつおぶしエキス しょうゆ | |
| | くわわかめいりきんぴらごぼう |  | 小麦 乳 卵 豚 いわし | ぶた肉 油あげ くわわかめ ちくわ | しょうが ごぼう にんじん さやいんげん | さとう 油 | 酒 みりん しょうゆ 和風だしの素 | |
| 20金 | バーガーパン(スライスチーズ) 牛乳 | | 小麦 乳 (乳) 乳 | (チーズ) 牛乳 | | バーガーパン | | 727 バーガーパ ンにハンバー グとチーズを はさんで食べ てください。 |
| | ハンバーグ | | 小麦 豚 | ぶた肉 とり肉 | 玉ねぎ | パン粉 さとう でん粉 油 | しょうゆ チキンブイヨン 塩 トマケチャップ あかワイン デミグラスソース ちゅうのうソース | |
| | マカロニサラダ (マヨネーズ) | | 小麦 マヨ(卵 りんご) | | きゃべつ きゅうり にんじん | マカロニ マヨネーズ | 塩 こしょう | |
| | フルーツポンチ | | りんご もも | | パイナップル缶 りんご缶 みかん缶 おうとう缶 レモンかじゅう | ゼリー さとう | しろワイン | |

○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・やまいも)

○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 | | | | 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) | |
| 23月 | ごはん | | | | | こめ | | 615 | 鯖の味噌煮には骨があります。骨に注意しながら食べてください。 | |
| | 牛乳 | | 乳 | 牛乳 | | | | | | |
| | サバのみそに | 🐟 | さば | さば みそ | しょうが | さとう | みりん | | | |
| | かふうあえ | | 小麦 | | ほうれんそう にんじん もやし | マロニー ごま さとう ごま油 | しょうゆ す 塩 | | | 21.4 |
| けんちんじる | | 小麦 さば いわし | とり肉 とうふ | 大根 ごぼう しいたけ 白ねぎ | でん粉 ごま油 | かつおの素 しょうゆ 塩 | | | | |
| 24火 | ごはん | | | | | こめ | | 607 | ごはんの上に焼肉をのせて、焼肉丼にして食べるとおいしいですよ。 | |
| | 牛乳 | | 乳 | 牛乳 | | | | | | |
| | やきにく | 🐟 | 小麦 豚 貝類 りんご | ぶた肉 なた | しょうが にんにく 玉ねぎ いら | ごま油 さとう | しょうゆ オイスターソース アップルピューレー トウバンジャン | | | |
| | ナムル | | 小麦 | | ほうれんそう にんじん もやし | ごま ごま油 さとう | しょうゆ 塩 す 一味とうがらし | | | 23.6 |
| わかめスープ | | 小麦 乳 卵 豚 | とうふ 卵 わかめ | たけのこ にんじん はねぎ | でん粉 | 塩 しょうゆ コンソメスープ チキンブイヨン | | | | |
| 25水 | はんかんさくらごはん | 🍵 | 小麦 | | | こめ | しょうゆ 酒 | 733 | 日本の味めぐり「愛媛県」にちなんだ献立です。 | |
| | 牛乳 | | 乳 | 牛乳 | | | | | | |
| | たこめしのぐ | 🐟 | 小麦 いわし | たこ 油あげ ちりめんじゃこ | えだまめ | さとう | しょうゆ 酒 みりん | | | |
| | じゃこてん | 🐟 | 小麦 卵 豚 ゼラチン いわし | たら ほきぐち あじ 卵白 たらうお ほたるじゃこ | | 豚脂 油 小麦粉 でん粉 | 塩 魚肉エキス | | | 29.2 |
| いもたき | 🍠 | 小麦 いわし | とり肉 | にんじん ごぼう こんにやく しいたけ さやいんげん | さといも 白玉だんご さとう | 酒 しょうゆ 塩 みりん にぼし | | | | |
| 26木 | ねこがたパン | | 小麦 乳 | | | パン | | 628 | 旬の野菜「春きやべつ」を使った献立です。 | |
| | 牛乳 | | 乳 | 牛乳 | | | | | | |
| | さけのムニエル | 🐟 | 小麦 | さけ | | 小麦粉 油 | 塩 こしょう | | | |
| | 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 | ごま さとう | みりん しょうゆ | | | 29.5 |
| はるきやべつのクリームに | | 小麦 乳 豚 貝類 | とり肉 ベーコン 牛乳 | にんじん はるきやべつ 玉ねぎ | 油 | ペシャメルソース 塩 こしょう スープストック | | | | |
| 27金 | ごはん | | | | | こめ | | 645 | 「いちご」は静岡県産のものを使っています。 | |
| | 牛乳 | | 乳 | 牛乳 | | | | | | |
| | ぎょうざ | | 小麦 乳 卵 豚 貝類 | とり肉 ぶた肉 卵白粉 大豆粉 | きやべつ 玉ねぎ いら にんじん たけのこ | 小麦粉 豚脂 はるさめ 油 でん粉 ごま油 さとう | しょうゆ 塩 オイスターソース 香辛料 ホーク・チキンエキス | | | |
| | もやしのちゅうかいため | 🐟 | 小麦 貝類 | さつまあげ | もやし いら | ごま ごま油 | 塩 オイスターソース こしょう しょうゆ | | | 23.1 |
| | ちゅうかスープ | | 小麦 卵 豚 | ぶた肉 うずら卵 わかめ | にんじん きやべつ メンマ とうもろこし 白ねぎ | でん粉 | チキンブイヨン 酒 塩 こしょう ちゅうかスープの素 | | | |
| いちご | | | | いちご | | | | | | |

新しい学年での生活がスタートしました!

ご入学、ご進級おめでとうございます。

春のうらかな陽気に包まれ、新年度が始まりました。

新しい教室に、先生や友達と、環境が変わり、気持ちも心機一転!! 皆さん、やる気に満ちあふれているのではないのでしょうか。

給食センターでは、おいしく楽しい給食をお届けできるよう、職員一同、愛情を込めて給食作りに取り組みます! 1年間、よろしくお願ひします。

毎月、「献立表」、「給食のおたより」を通して、食に関する情報や、給食・食育についてお知らせしていきます。ご家庭での食育にも役立てていただければ幸いです。ぜひ、お子さんと一緒にご覧ください。



～日本の味を訪ねて～

4月は「愛媛県」にちなんだ献立です。

「飯缶桜ごはん たこめしの具 じゃこ天 いもたき」

「いもたき」とは、愛媛県大洲市の郷土料理です。地元農民の行事食で、市の中心部を流れる肱川(ひじかわ)の河原へ、その年に収穫した里芋を持ち寄り、こんにやく、しいたけ、油揚げ、鶏肉と一緒に鍋で煮込み、秋の名月をめながら食べたそうです。

「じゃこ天」とは愛媛県南予地方に江戸時代より伝わる郷土料理です。小魚を骨ごとすりつぶして油で揚げた料理です。

このように、毎月、日本の各都道府県にちなんだ献立を出していきます。毎月楽しみにしていただいね。