




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)
31 金	うどん		小麦			うどん		703 28.3	だいちとこんやさいのしそふうみは給食に初登場の献立です。
	牛乳		乳	牛乳					
	カレーなんぼん		卵 小麦 乳 豚 りんご	とり肉 油あげ かまぼこ うずらの卵	にんじん たまねぎ しろねぎ にんにく しょうが	油	カレーフレーク カレー粉 塩 和風だし しょうゆ 中濃ソース		
	だいちとこんやさいのしそふうみ			だいち あおのり	れんこん ごぼう	油 でん粉	塩 ゆかり粉		
くきわかめのサラダ (ナムルドレッシング)			ドレ(小麦・豚)	くきわかめ	きゃべつ にんじん	ナムルドレッシング	塩 こしょう		
3 月	くりごはん					こめ くり	塩 酒	680 23.3	リクエスト献立です。
	牛乳		乳	牛乳					
	くろはんぺんフライ		さば いわし 小麦	くろはんぺん		小麦粉 でん粉 パン粉 油			
	おひたし		小麦	かつおぶし	きゃべつ ほうれんそう にんじん	ごま	しょうゆ みりん		
かきたまじる		卵 小麦 さば いわし	卵 とうふ わかめ	にんじん ほししいたけ たまねぎ	でん粉	かつおのもと しょうゆ 塩			
パンブキンプリン		乳 卵	卵黄 れんにゆう	かぼちゃ	さとう あぶら				
4 火	こめこパン		小麦 乳			こめこパン		613 26.3	リクエスト献立です。
	牛乳		乳	牛乳					
	ハンバーグのきのこソース		豚 小麦	とり肉 ぶた肉	たまねぎ しめじ えのきたけ	パン粉 小麦粉 でん粉 さとう 油	しょうゆ 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		
	にんじのソテー		乳 豚		きゃべつ にんじん もやし とうもろこし	バター	コンソメスープ 塩 こしょう		
ミネストローネ		乳 豚	ベーコン だいち	たまねぎ にんじん パセリ トマト缶 にんにく		コンソメスープ 塩 こしょう			
5 水	ごはん					こめ		675 23.7	旬の食材「さつまいも」を使った献立です。
	牛乳		乳	牛乳					
	ぶたにくとキムチのいためもの		小麦 さば 豚 りんご	ぶた肉	はくさい はくさいキムチ にら にんじん	ごま油	しょうゆ こしょう トウバンジャン		
	ひじきサラダ (ごまドレッシング)		小麦 ドレ(小麦 卵)	ひじき	にんじん たけのこ えだまめ	ごま ごまドレッシング	しょうゆ みりん		
さつまいものみそしる		いわし さば	とり肉 みそ	だいこん ごぼう しろねぎ こんにやく	さつまいも	にぼし さばうすけずり			
6 木	ごはん(かつおふりかけ)					こめ さとう とうもろこしでん粉	塩 しいたけエキス	623 24.1	えだまめは枝ごとゆでて調理したことからこの名前がつきました。
	牛乳		乳	牛乳					
	しのだに		小麦	とり肉 油あげ	たまねぎ にんじん しいたけ しめじ こんにやく	でん粉 パン粉 さとう	塩 香辛料 しょうゆ みりん		
	えだまめ			えだまめ			塩		
ちゅうかスープ		豚 貝類 小麦 卵	ぶた肉 うずらの卵 わかめ	にんじん きゃべつ とうもろこし にら	でん粉	酒 塩 中華スープの素 こしょう オイスターソース チキンブイヨン			
7 金	ツイストパン		小麦 乳			ツイストパン		606 21.1	キャベツにはビタミンCがたくさん含まれています。
	牛乳		乳	牛乳					
	トマトオムレツ		卵	卵 とり肉	たまねぎ	油	トマトケチャップ 塩 香辛料 トマトピューレ 醗酵調味料		
	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 酢		
	パンブキンポタージュ		小麦 乳 豚 貝類	ベーコン 牛乳	かぼちゃ にんじん たまねぎ パセリ	バター 生クリーム	ペンキソース こしょう 塩 スープストック		
れいとうみかん				みかん					
10 月	はんかんむぎごはん					こめ おおむぎ		653 20.3	リクエスト献立です。
	牛乳		乳	牛乳					
	さくらえびしゅうまい		豚 えび 小麦 貝類	すけとうだら さくらえび	たまねぎ	小麦粉 油 でん粉 さとう	豚脂 ホタテエキス 塩		
	かいそうサラダ (青じそドレッシング)		ドレ(小麦)	かいそうミックス	きゃべつ きゅうり	ごま	青じそドレッシング		
なつやさいカレー		豚 りんご 小麦 乳	ぶた肉	なす ピーマン たまねぎ さやいんげん かぼちゃ トマト にんにく しょうが にんじん	じゃがいも 油	カレーフレーク トマトピューレ 中濃ソース 赤ワイン カレー粉 こしょう スープストック			
11 火	ごはん					こめ		623 20.7	ピーマンにはカロテンやビタミンCがたくさん含まれています。
	牛乳		乳	牛乳					
	ピーマンのにくづめフライ		豚 小麦 りんご	ぶた肉 とり肉	ピーマン たまねぎ	パン粉 さとう 油	ソース トマトケチャップ 塩 こしょう パターミックス		
	やさいのごまずあえ		小麦		きゃべつ きゅうり	ごま さとう	しょうゆ 塩 酢		
わかめスープ		卵 小麦 豚	とうふ 卵 わかめ	たけのこ にんじん はねぎ	でん粉	しょうゆ チキンブイヨン 塩 コンソメスープ			
12 水	ソフトめん		小麦			ソフトめん		656 28.4	
	牛乳		乳	牛乳					
	ナポリタンソース		小麦 乳 豚	とり肉 ベーコン	たまねぎ ピーマン にんじん トマト缶 にんにく	油 さとう	トマトケチャップ 塩 こしょう ハヤシルウ 中濃ソース 赤ワイン スープストック		
	フィッシュナゲット		小麦 豚	あじ いとより グチ きんときだい コチ	たまねぎ	油 さとう でん粉	塩 発酵調味料 しょうゆ 香辛料 かつおエキス		
やさいのソテー		乳 豚		きゃべつ もやし にんじん とうもろこし	バター	コンソメスープ 塩 こしょう			
13 木	くろざとうパン		小麦 乳			くろざとうパン		594 17.2	地元の食材「志太梨」を使ったフルーツポンチです。
	牛乳		乳	牛乳					
	なしいりフルーツポンチ		りんご もも		なし おうとう缶 みかん缶 パイン缶	さとう ゼリー	レモンかじゅう 白ワイン		
	キャベツいりまぐろメンチカツ		小麦 乳 豚 卵	まぐろ 卵黄	きゃべつ	パン粉 小麦粉 油 とうもろこしでん粉	塩 香辛料		
あおなとコーンのソテー		乳		こまつな きゃべつ チンゲンさい とうもろこし	バター	塩 こしょう			

○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 8・9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		
14 金	ごはん 牛乳		乳	牛乳		こめ		606	あさりには鉄分がたくさん含まれています。
	あつやきたまご		卵 小麦 さば	卵		さとう 油 小麦でん粉 タビオカでん粉	しょうゆ 塩 酢 昆布エキス 魚介エキス 発酵調味料		
	ごもくにまめ		小麦 乳 卵	とり肉 だいず ちくわ こんぶ	にんじん ごぼう さやいんげん こんにゃく	さとう	しょうゆ みりん 和風だしの素		
	あさりのみそしる	 	貝類 さば いわし	とうふ あさり わかめ みそ	たまねぎ		にぼし さばうすけずり		
18 火	ごはん 牛乳		乳	牛乳		こめ		593	日本味めぐり「岡山県」にちなんだ献立です。
	ままかりのなんばんづけ		小麦	ままかり	しろねぎ	でん粉 さとう 油	酢 一味唐辛子 しょうゆ		
	かおりあえ				きゃべつ きゅうり	ごま	青じそゆかり粉 塩		
	きいらととうふのスープ		豚 乳	ベーコン とり肉 とうふ	にんじん きいら		塩 コンソメスープ チキンブイヨン		
19 水	ぶどう				ぶどう			796	
	スタミナパン 牛乳		小麦 乳 卵	牛乳		スタミナパン			
	とりにくのハーブやき		卵 小麦	とり肉 卵白	ピーマン たまねぎ パセリ	油 さとう	塩 しょうゆ		
	ポテトサラダ (マヨネーズ)		マヨ(卵 りんご)		きゃべつ きゅうり にんじん	じゃがいも マヨネーズ	塩 こしょう		
20 木	やさいスープ		乳 豚	ベーコン	たまねぎ にんじん とうもろこし チンゲンさい		コンソメスープ 塩 こしょう チキンブイヨン	30.4	
	ごはん 牛乳		乳	牛乳		こめ			
	いわしのしょうがに		いわし 小麦	いわし	しょうが	さとう こめでん粉	みりん しょうゆ 香辛料 こしょう		
	いそかあえ		小麦	のり	ほうれんそう きゃべつ にんじん	さとう	しょうゆ		
21 金	とんじる		いわし さば 豚	ぶたにく 油あげ みそ	たまねぎ にんじん だいこん はねぎ	じゃがいも	にぼし さばうすけずり	626	いそかあえはのりの風味がする和え物です。
	ひやしちゅうかめん タレ		小麦 卵 タレ(小麦)			ちゅうかめん	タレ		
	牛乳		乳	牛乳					
	ひやしちゅうかのぐ		小麦 卵	わかめ	きゅうり もやし にんじん	ごま ごま油 さとう	しょうゆ 酢 洋からし		
24 月	やさいはるまき		豚 小麦 貝類	ぶた肉 とり肉	たまねぎ にんじん もやし きゃべつ しょうが	油 小麦粉 こめ粉 はるさめ さとう	中華ブイヨン 醃酵調味料 ホタテエキス 塩 しょうゆ	689	めんの上にはひやしちゅうかのぐ、たんざくたまごをのせタレをかけて食べてください。
	たんざくたまご		小麦 卵	卵		でん粉 さとう 油	かつおだし汁 塩		
	ごはん 牛乳		乳	牛乳		こめ			
	さつまあげのあまからに		小麦 卵	さつまあげ	しょうが	さとう でん粉	みりん しょうゆ 酒		
25 火	はるさめのいたためもの		小麦 豚 貝類	ぶた肉	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 ごま油	酒 オイスターソース 塩 中華スープの素 こしょう	22.2	地元の食材「さつま揚げ」を使った献立です。
	きゃべつとにくだんごのスープ		小麦 豚 卵	とり肉 ぶた肉 うずらの卵	たまねぎ にんじん きゃべつ ほししいたけ	パン粉 あぶら でん粉	チキンブイヨン しょうゆ 塩 こしょう 中華スープの素		
	ごはん 牛乳		乳	牛乳		こめ			
	いかドーナツフライ		小麦	いか 魚肉すりみ あおのり		でん粉 小麦粉 パン粉 油	調味料		
26 水	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 酢	656	じゃがいものちゅうかみそ煮は給食に初登場の献立です。
	じゃがいものちゅうかみそに		豚 小麦 貝類	ぶた肉 なまあげ みそ	にんじん たまねぎ さやいんげん しょうが ほししいたけ たけのこ	じゃがいも ごま油 さとう	しょうゆ トウバンジャン みりん オイスターソース		
	ごはん 牛乳		乳	牛乳		こめ			
	さばのカレーやき		さば 小麦	さば	しょうが		酒 しょうゆ カレー粉		
27 木	もやしのちゅうかいけため		小麦 貝類	さつまあげ	もやし いら	ごま ごま油	しょうゆ オイスターソース 塩 こしょう	23.9	栄養がたくさん含まれています。
	すましじる		さば いわし 小麦	とうふ かまぼこ わかめ	ほうれんそう えのきたけ	でん粉	かつおの素 しょうゆ みりん 塩		
	しよくパン りんごジャム 牛乳		小麦 乳 ジャム(りんご)	牛乳		食パン りんごジャム			
	わかどりとレバーの アーモンドがらめ		アーモンド	とり肉 とりレバー		でん粉 さとう 油 アーモンド	赤ワイン 中濃ソース トマトケチャップ		
28 金	ゆでやさい (たまねぎドレッシング)		ドレ(小麦 りんご)		きゃべつ きゅうり にんじん	たまねぎドレッシング	塩 こしょう	632	
	たまごスープ		卵 小麦	卵	たまねぎ にんじん ほうれんそう	でん粉	こしょう スープストック 塩 チキンブイヨン		
	ごはん 牛乳		乳	牛乳		こめ			
	さんまのおやき		さんま	さんま			塩		
29 土	そくせきづけ		小麦 さば	とり肉 とうふ	きゃべつ きゅうり たくあん しょうが ごぼう にんじん しろねぎ ほししいたけ	ごま	かつおの素 しょうゆ みりん 塩	701	お月見にちなんだ献立です。
	けんちんじる		小麦 さば いわし	とり肉 とうふ		さといも でん粉 ごま油			
	おつきみだんご		乳 卵 小麦	脱脂粉乳 卵 全粉乳 大豆たんぱく		さとう 水あめ でん粉 小麦粉 生クリーム	洋酒		