

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		
31 金	ごはん					こめ		837	旬の食材「さつまいも」を使った献立です。
	牛乳		乳	牛乳					
	豚肉とキムチの炒め物		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		
さつまいものみそ汁	🍲		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 さぼうすけずり	28.5	
3 月	ごはん(かつおふりかけ)			かつおぶし のり	まっちゃ	こめ さとう とうもろこしでん粉	塩 しいたけエキス	764	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					
	信田煮		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		
	枝豆				えだまめ		塩		
中華スープ		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	28.2		
4 火	黒砂糖パン		小麦 乳			くろざとうパン		723	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					
	なし入りフルーツポンチ			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	レモンかじゆり 白ワイン		
	キャベツ入り 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		
5 水	栗ごはん					こめ くり	塩 酒	824	リクエスト献立です。
	牛乳		乳	牛乳					
	黒はんぺんフライ	🐟	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		
	かき卵汁	🍲	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		
パンキンプリン		乳 卵	卵黄 れんにゆう	かぼちゃ	さとう あぶら		28.4		
6 木	冷やし中華めん タレ	🍲	小麦 卵 タレ(小麦)			ちゅうかめん	タレ	888	めんの上に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。
	牛乳		乳	牛乳					
	冷やし中華の具			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		
	野菜春巻き		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		
	短冊卵		小麦 卵	卵		でん粉 さとう 油	かつおだし汁 塩		
7 金	ごはん					こめ		835	地元の食材「さつま揚げ」を使った献立です。
	牛乳		乳	牛乳					
	さつまあげの甘辛煮	🐟	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		
	春雨の炒め物		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		
	きゃべつと肉団子のスープ		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		
10 月	ツイストパン		小麦 乳			ツイストパン		718	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 醃酵調味料		
	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	ベシャメルソース こしょう 塩 スープストック		
冷凍みかん				みかん			25		
11 火	ごはん					こめ		717	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					
	ピーマンの肉づめフライ		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 パッターミックス		
	野菜のごま酢和え		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 乳 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	ごはん					こめ		842	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。
	牛乳		乳	牛乳					
	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		
	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		
じゃがいもの中華みそ煮		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			
13 木	ごはん					こめ		777	さばには血液をサラサラにしてくれる栄養がたくさん含まれています。
	牛乳		乳	牛乳					
	さばのカレー焼き	🐟	さば 小麦	さば	しょうが		酒 しょうゆ カレー粉		
	もやしの中華の炒め	🍲	小麦 貝類	さつまあげ	もやし にら	ごま ごま油	しょうゆ オイスターソース 塩 こしょう		
すまし汁	🍲	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			
28.6									

○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(鯉節・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 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		
14 金	ソフトめん	🍷	小麦			ソフトめん		839	
	牛乳		乳	牛乳					
	ナポリタンソース	🐟	小麦 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 トマトピューレ ハヤシルウ 中濃ソース 赤ワイン スーパーストック		
	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		
	野菜のソテー		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	36.1	
18 火	食パン りんごジャム		小麦 乳 ジャム(りんご)			食パン りんごジャム		744	
	牛乳		乳	牛乳					
	若鶏とレバーの 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		
	ゆで野菜 (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		
	卵スープ		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 スーパーストック 塩 チキンブイヨン	32.9	
19 水	ごはん					こめ		737	日本味めぐり 「岡山県」に ちなんだ献立 です。
	牛乳		乳	牛乳					
	ままかりの南蛮漬	🐟	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		
	香り和え				きゃべつ きゅうり	ごま	青じそゆかり粉 塩		
	黄にらとうふのスープ		豚 乳	ベーコン とり肉 とうふ	にんじん きにら		塩 コンソメスープ チキンブイヨン		
	ぶどう				ぶどう			27.6	
20 木	ごはん					こめ		761	あさりには鉄 分がたくさん 含まれていま す。
	牛乳		乳	牛乳					
	厚焼き卵		卵 小麦 さば	卵		さとう 油 小麦でん粉 タピオカでん粉	しょうゆ 塩 酢 昆布エキス 魚介エキス 発酵調味料		
	五目煮豆	🐟	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 こんにやく	さとう	しょうゆ みりん 和風だしの素		
	あさりのみそ汁	🐟	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	29.9	
21 金	飯缶ごはん	🍷				こめ おおむぎ		812	リクエスト献 立です。
	牛乳		乳	牛乳					
	桜えびしゅうまい	🐟	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		
	海藻サラダ (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 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	ごま	青じそドレッシング 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 スーパーストック		
	夏野菜カレー		豚 りんご 小麦 乳	ぶた肉		じゃがいも 油		24.6	
24 月	米粉パン	🍷	小麦 乳			こめこパン		726	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 だいず	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	31.2	
25 火	ごはん					こめ		868	お月見にちな んだ献立で す。
	牛乳		乳	牛乳					
	さんまの塩焼き	🐟	さんま	さんま			塩		
	即席漬		小麦		きゃべつ きゅうり たくあん しょうが	ごま			
	けんちん汁		小麦 さば いわし	とり肉 とうふ	ごぼう にんじん しろねぎ ほししいたけ	さといも でん粉 ごま油	かつおの素 しょうゆ みりん 塩		
	お月見団子		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	30.3	
26 水	うどん	🍷	小麦			うどん		881	だいずとこん 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					
	カレー南蛮	🐟	卵 小麦 乳 豚 りんご	とり肉 油あげ かまぼ こ とうすらの卵	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 和風だしの素 しょうゆ 中濃ソース		
	大根と根野菜のしそ風味			だいず 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	35.1	
27 木	ごはん					こめ		788	いそかあえ はのりの風 味がする和 え物です。
	牛乳		乳	牛乳					
	いわしのしょうが煮	🐟	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		
	磯香和え		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		
	豚汁	🍷	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	30.5	
28 金	スタミナパン		小麦 乳 卵			スタミナパン		897	
	牛乳		乳	牛乳					
	とり肉のハーブ焼き		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		
	野菜スープ		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	33.1	