

平成25年 7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		
1月	ごはん					こめ		647	日本味めぐり「大分県」にちなんだ献立です。
	牛乳		乳	牛乳					
	とりてん		小麦 乳	とりにく		でん粉 こむぎ粉 油	しょうゆ		
	うめびしおあえ		りんご	わかめ	きゃべつ さやいんげん もやし		うめびしお		
	だんごじる		小麦 いわし さば	あぶらあげ みそ	ごぼう ほししいたけ にんじん 白ねぎ	こむぎ粉 でん粉	にぼし さばうすけずり	21.3	
2火	しょくパン(ブルーベリージャム)		乳 小麦			しょくパン		662	ブルーベリーは、6~8月が旬の果物です。
	牛乳		乳	牛乳					
	ツナオムレツ		卵	卵 まぐろ		さとう 油 でん粉	酢 チキンスープ		
	コーンサラダ (たまねぎドレッシング)		(りんご 小麦)		きゃべつ きゅうり とうもろこし		塩 こしょう		
	ポークビーンズ		豚 小麦 トマト 乳 セロリ りんご	ぶたにく 大豆 チーズ	たまねぎ にんじん トマト パセリ にんにく	じゃがいも 油 さとう	スープストック 赤ワイン 塩 中濃ソース トマトケチャップ	28.7	
3水	はんかんなまりぶしごはん		小麦	なまりぶし	しょうが	こめ	酒 しょうゆ 塩	672	リクエスト献立です。
	牛乳		乳	牛乳					
	さくらえびのかきあげ		小麦 えび 乳	さくらえび 牛乳	ごぼう たまねぎ はねぎ	こむぎ粉 油 でん粉	塩		
	かぼちゃサラダ (マヨネーズ)		マヨ りんご		かぼちゃ きゅうり えだまめ	マヨネーズ	塩 こしょう		
	みそしる		いわし さば	みそ あぶらあげ わかめ	たまねぎ だいこん しめじ		にぼし さばうすけずり	23.9	
4木	ごはん					こめ		698	七夕にちなんだ献立です。オクラと星もようのなるとを夜空の星に見立てています。
	牛乳		乳	牛乳					
	ほしがたメンチカツ		豚 小麦	ぶたにく	たまねぎ	さとう パン粉 でん粉 油 こむぎ粉	塩 こしょう ナツメグ		
	きんぴらごぼう		豚 さば いわし 小麦 乳 ごま	ぶたにく くらはんぺん	ごぼう にんじん こんにゃく さやいんげん	さとう 油 ごま油	みりん しょうゆ 和風だし		
	たなばたじる		さば いわし 小麦	とうふ なると わかめ	にんじん たまねぎ えのき オクラ	でん粉	かつお風味調味料 しょうゆ みりん 塩	23.4	
	たなばたデザート		りんご	かんてん		さとう 水あめ	みかん果汁 レモン果汁 りんご果汁		
5金	バーガーパン		乳 小麦			バーガーパン		668	フルーツあえには、甘夏ミカンが入っています。
	牛乳		乳	牛乳					
	ハンバーグトマトソース かけ		豚 小麦 トマト りんご	とりにく ぶたにく だいず	たまねぎ しょうが トマト にんにく	とん脂 さとう パン粉	塩 こしょう 中濃ソース トマトケチャップ 赤ワイン		
	ちんげんさいのクリームに		豚 卵 小麦 貝類 セロリ 乳	ベーコン うずら卵 牛乳	ちんげんさい にんじん たまねぎ	油	ベジマールソース 塩 こしょう スープストック チキンブイヨン		
	フルーツあえ			甘夏ミカンかん バインかん				27.5	
8月	ごはん					こめ		688	リクエスト献立です。
	牛乳		乳	牛乳					
	なつやすいかカレー		豚 トマト 小麦 乳 りんご セロリ	ぶたにく	なす ビーマン にんじん かぼちゃ さやいんげん トマト にんにく しょうが	油	中濃ソース カレーフレーク スープストック 赤ワイン カレー粉		
	フィッシュナゲット		小麦 さば 卵 豚 乳	ぶり いとより おから 卵白	たまねぎ しょうが	パン粉 こむぎ粉 さとう 油	かつお風味調味料 しょうゆ 塩 ポークエキス		
	ほうれんそうとコーンのサラダ		小麦	ほうれんそう とうもろこし		さとう 油	しょうゆ ず	22.1	
9火	ごはん					こめ		709	豚肉には、ビタミンB ₆ が豊富に含まれています。夏バテ予防に効果的です。
	牛乳		乳	牛乳					
	ぶたキムチ		豚 さば りんご 小麦 ごま	ぶたにく	きゃべつ にら にんじん はくさいキムチ	ごま油	しょうゆ トウバンジャン こしょう		
	あおりのポテト				あおりの	じゃがいも 油 さとう	塩		
	ちゅうかコンスープ		卵 小麦 セロリ 貝類 ごま	卵 なると	にんじん ちんげんさい たまねぎ ほししいたけ とうもろこし	でん粉 ごま油	塩 こしょう オイスターソース スープストック チキンブイヨン	23.6	
10水	ココアパン		乳 小麦			ココアパン		668	枝豆は、大豆が未熟なうちに収穫します。
	牛乳		乳	牛乳					
	にくだんごのチリソース かけ		ごま トマト 小麦 りんご 貝類 豚	とりにく ぶたにく	たまねぎ 白ねぎ しょうが にんにく	パン粉 でん粉 さとう ごま油	塩 香辛料 チリソース トマトケチャップ		
	えだまめのしおゆで				えだまめ		塩		
	クラムチャウダー		豚 貝類 トマト 小麦 乳 セロリ	ベーコン あさり 牛乳	にんじん たまねぎ とうもろこし	じゃがいも 生クリーム 油	塩 こしょう コンソメ ベジマールソース	27.3	
11木	ちゅうかめん		小麦			ちゅうかめん		628	どんぶりに、めんを入れて夕しとゆでやさいのせればジャージャーめんの完成です！混ぜて、食べてください。
	牛乳		乳	牛乳					
	ジャージャーめんのたれ		貝類 小麦 ごま 豚	とりにく みそ	たまねぎ 白ねぎ たけのこ にんにく ほししいたけ にんじん しょうが	さとう でん粉 ごま油	オイスターソース トウバンジャン みりん しょうゆ 中華スープ		
	ゆでやさい		ごま		きゃべつ きゅうり にんじん もやし	ごま			
	たこやき		小麦 卵 えび 豚 乳 さば ソース(トマト も りんご 小麦 豚 貝類 いわし)	たこ 卵 えび	きゃべつ ねぎ 紅しょうが	こむぎ粉 油 でん粉 さとう	しょうゆ 塩 かつお節エキ コンソメ ソース	28.7	
12金	ごはん					こめ		644	ビタミンCが豊富な「とうがん」の入った味噌汁です。ストレスを和らげます。
	牛乳		乳	牛乳					
	さんまのかばやき		さんま 小麦 ごま	さんま	しょうが	でん粉 ごま さとう	しょうゆ さけ みりん		
	ピーナッツあえ		落花生 小麦		ごまつな きゃべつ にんじん	ピーナッツ さとう	しょうゆ		
	みそしる		さば 乳	とりにく みそ	とうがん しめじ にんじん はねぎ		さばうすけずり 和風だし	22.5	

○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・セロリ・りんご・ごま・いも・キウイ・桃・バナナ・梨・すいか・びわ・さくらんぼ・柿・メロン・アボガド・トマト・貝類・アーモンド・ナッツ類・ごま・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25年 7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	
16 火	ごはん					こめ	692	夏が旬のきゅうりをピリ辛の南蛮漬けにしました。		
	牛乳		乳	牛乳						
	あつあげのちゅうかに	豚	小麦 貝類	ふたにく あつあげ なた	たけのこ ちんげんさい にんじん ほしいいたけ にんにく しょうが	でん粉			オイスターソース しょうゆ 酒 中華スープの素	
	ポークしゅうまい	豚	小麦 貝類	ふたにく とりにく だいず	たまねぎ	とん脂 油 さとう こむぎ粉			しょうゆ 塩 チキンブイヨン	
きゅうりのなんばんづけ			ごま 小麦	きゅうり	ごま さとう ごま油	しょうゆ とうがらし す	27.1			
17 水	ごはん					こめ	600			
	牛乳		乳	牛乳						
	さけのみそマヨネーズやき	豚	乳 卵	さけ みそ		マヨネーズ			塩	
	にらともやしのサラダ			小麦 ごま	のり	にら にんじん もやし			ごま さとう	しょうゆ す
けんちんじる			いわし さば 小麦 ごま	とりにく とうふ	ごぼう にんじん ほしいいたけ はねぎ	さといも ごま油 でん粉	かつおの素 しょうゆ みりん 塩	27.8		
18 木	ミルクパン			乳 小麦		ミルクパン	654	リクエスト献立です。		
	牛乳		乳	牛乳						
	かつおチーズフライ	豚	小麦 乳	かつお チーズ		パン粉 でん粉 こむぎ粉			塩 こしょう	
	ほうれんそうのソテー			豚 乳	ベーコン	ほうれんそう にんじん			バター	塩 こしょう
トマトたまごのスープ			豚 卵 トマト セロリ 乳	ふたにく 卵	たまねぎ とうもろこし にんじん トマト パセリ	でん粉	塩 こしょう コンソメ	25.2		
19 金	ごはん(合わせ酢)			乳		こめ	687	ごはんに合わせ酢を入れて五目ずしの具をのせて食べてください。		
	牛乳		乳	牛乳						
	ごもぐずしのぐ			小麦 乳	あぶらあげ	れんこん にんじん たけのこ ほしいいたけ かんぴょう きぬさや			さとう	しょうゆ みりん 和風だしの素
	いわしのおかか	豚	小麦	いわし 小麦	いわし かつお節				さとう 油 でん粉	しょうゆ 塩 みりん
とんじる	豚	小麦	いわし さば	ふたにく みそ	だいこん にんじん ごぼう こんにやく はねぎ	じゃがいも	にほし さばうすけずり	25.1		
22 月	アップルパン			乳 小麦 りんご		アップルパン	698			
	牛乳		乳	牛乳						
	タンドリーチキン			乳 小麦	とりにく 粉乳				油	塩 カレー粉
	マカロニサラダ (マヨネーズ)			小麦		きゃべつ きゅうり にんじん			マカロニ	塩 こしょう
チーズスープ			豚 乳 セロリ 卵 小麦 トマト	ベーコン チーズ 卵	たまねぎ にんじん とうもろこし パセリ	パン粉	コンソメ 塩 こしょう	27.5		
23 火	ごはん			乳		こめ	650	冷凍みかんは、昭和30年に小田原駅で発売されたのがはじまりです。		
	牛乳		乳	牛乳						
	ちくぜんに			卵 小麦 乳	とりにく ちくわ	にんじん たけのこ ごぼう こんにやく ほしいいたけ さやいんげん			さとう 油	和風だしの素 みりん しょうゆ
	いそかあえ			小麦	のり	ほうれんそう きゃべつ				しょうゆ
なっとう			タレ(小麦)	だいず			タレ	26.1		
れいとうみかん					みかん					
24 水	ソフトめん	豚		小麦		ソフトめん	631	ポテトカップグラタンは、ポテトの器ごと食べられます。		
	牛乳		乳	牛乳						
	ナポリタンソース	豚	小麦 乳 トマト セロリ りんご	とりにく ベーコン えび	たまねぎ ピーマン にんじん トマト にんにく	油			トマケチャップ トマトピューレ ハヤシルウ 中濃ソース 塩 スープストック 赤ワイン こしょう	
	ポテトカップグラタン			乳 小麦	牛乳 チーズ	ほうれんそう たまねぎ			マーガリン 油 さとう こむぎ粉 でん粉	チキンエキス 塩 香辛料
ひじきサラダ (ごまドレッシング)			小麦 ドレ(小麦 卵 ごま)	ひじき	たけのこ にんじん えだまめ	さとう	みりん しょうゆ	25.7		

☆夏休み親子料理体験教室☆ 参加者募集!

内容	料理体験、給食センター見学、写真撮影	
開催日時	平成25年8月1日(木) 午前9時00分から正午	
開催場所	焼津市学校給食センター (焼津市大島1746)	
募集定員	15組	
対象者	市内在住の児童・生徒	・保護者 1名(保護者は必ず付いてください) ・小学生以上中学生以下 2名以内
申込期間	平成25年7月1日(月)から7月11日(木)まで 応募者多数の場合は抽選とし、抽選の結果は7月17日(水)までに通知します。 ※(抽選は学校給食センターで任意に実施) 初参加の方が優先になります。御了承ください。	
申込方法	電話またはファックスで受け付けます。 住所、参加者氏名、児童・生徒の学校名、学年、電話番号を連絡していただきます。 TEL 054-624-6660(受付:平日8:00~16:45) FAX 054-624-7680(受付:毎日24時間)	
参加費用	1名 250円 ... 保護者1名、児童・生徒1名の場合は500円	

※当日の日程、献立などの詳細は、市ホームページをご覧ください。

料理体験教室に参加できなくても、午後からの調理場見学に参加できるよ!

