

平成26年 10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) <small>たんぱく質</small>	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	飯缶わかめごはん 牛乳	乳	わかめ 牛乳		こめ さとう	塩	891	リクエスト献立です。
	ちくわの紅葉揚げ	卵 小麦	ちくわ	にんじん	小麦粉 でんぶん 油		27.3	
	ひじきサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 ドレ(ごま 小麦 大豆)	ひじき	たけのこ にんじん えだまめ	さとう ごまドレッシング	みりん しょうゆ		
	さつま汁	大豆 鶏 さば	油揚げ 鶏肉 みそ	だいこん ごぼう 白ねぎ こんにやく	さつまいも	にぼし さばうすけずり		
2 木	バーガーパン 牛乳	小麦 乳 大豆 乳	牛乳		パン	塩 しょうゆ 香辛料	838	ポトフはフランスの家庭料理です。
	ハンバーグデミグラスソース	小麦 大豆 豚 牛 鶏 乳 卵	鶏肉	たまねぎ	油 パン粉 牛脂 さとう	トマトケチャップ 中濃ソース アミシフベソーン 赤ソーン	37.9	
	マカロニサラダ (マヨネーズ)	小麦 マヨ(卵 大豆 りんご)		とうもろこし きゅうり にんじん	マカロニ マヨネーズ	塩 こしょう		
	ポトフ	鶏 豚	鶏肉 ウインナー	かぶ たまねぎ にんじん きゃべつ		コンソメスープ 塩 こしょう 白ワイン		
3 金	ごはん(のりふりかけ) 牛乳	乳	かつおぶし のり 牛乳		こめ さとう でんぶん	塩 まつちや	777	
	さつまあげの甘辛煮	小麦 大豆	さつまあげ	しょうが	さとう でんぶん	みりん しょうゆ 酒	27.3	
	ゆかりあえ			きゃべつ きゅうり		ゆかりこ		
	ちゃんこ汁	豚 大豆 小麦 さば	豚肉 豆腐 油揚げ	ごぼう はくさい もやし 白ねぎ にんじん こんにやく しめじ		酒 塩 しょうゆ みりん かつおのもと		
6 月	ごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ		764	フーヨーハイは、かにの身が入った卵焼きです。
	フーヨーハイ	卵 小麦 大豆 かに 鶏 豚 ごま	卵 かに	にんじん たけのこ 白ねぎ しいたけ	さとう でんぶん 油	しょうゆ 酒 チキンスープ す 中華スープのもと こしょう	29.5	
	もやしのいためもの	ごま 小麦 大豆	さつまあげ	もやし なら	ごま ごま油	塩 オイスターソース こしょう しょうゆ		
	キムチスープ	鶏 豚 大豆 ごま 小麦 りんご さば えび	豚肉 豆腐	はくさい 白ねぎ にんじん にんにく はくさいキムチ しめじ しょうが	ごま油	キムチのもと チキンブイオン わふうだしのもと しょうゆ 塩		
7 火	ミルクパン 牛乳	小麦 乳 大豆 乳	牛乳		ミルクパン		786	ブルーベリーは目の疲れに効果があります。
	白身魚フライ	小麦	ホキ		油 パン粉 でんぶん	塩 こしょう 香辛料	29.9	
	カラフルサラダ (イタリアンドレッシング)	豚 大豆 乳 りんご 鶏 小麦		きゃべつ きゅうり パプリカ	イタリアンドレッシング			
	野菜のカレースープに ブルーベリーデザート	小麦 大豆 豚 乳 りんご	豚肉	にんにく たまねぎ にんじん パセリ	じゃがいも	カレーフレーク カレー粉 こしょう スープストック チキンブイオン 塩		
8 水	栗ごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ くり	酒 塩	826	旬の食材のくりを使ってくりごはんにしました。
	豆腐ステーキの そぼろあんかけ	大豆 豚 小麦	豆腐 豚肉	白ねぎ しょうが	さとう でんぶん 油	しょうゆ	26.3	
	れんこんサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 ドレ(ごま 小麦 大豆)		れんこん こまつな にんじん	さとう ごまドレッシング	しょうゆ みりん こしょう		
	いわし団子汁	小麦 大豆 さば	いわし すけそうだら	こんにやく だいこん ごぼう にんじん 白ねぎ しょうが	でんぶん さとう	かつおのもと しょうゆ 塩		
9 木	ソフトめん 牛乳	小麦 乳	牛乳		ソフトめん		903	
	ミートソース	豚 大豆 小麦 鶏 牛 乳	豚肉 みそ	たまねぎ にんじん にんにく	油 じゃがいも くり さつまいも	スープストック みりん こしょう デミグラスソース ベシャメルソース	30.8	
	栗のコロッケ	小麦 大豆			水あめ さとう 油 でんぶん パン粉 小麦粉	塩		
	キャベツサラダ	ごま 小麦 大豆		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		
10 金	ごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ		900	さんまは秋が旬です。この時期のさんまは、脂がのっています。
	さんまの土佐煮	小麦 大豆	さんま かつおぶし		さとう 油 でんぶん	みりん しょうゆ 塩	27.7	
	即席漬け	ごま 小麦		だいこん きゅうり たくあん しょうが	ごま			
	肉じゃが	豚 小麦 大豆	豚肉	にんじん たまねぎ こんにやく	じゃがいも さとう 油	しょうゆ みりん わふうだしのもと		
14 火	ごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ		856	リクエスト献立です。
	さばの竜田揚げ	さば 大豆 小麦	さば		油 でんぶん	しょうゆ みりん	30.8	
	金平ごぼう	豚 大豆 小麦 ごま	豚肉 さつまあげ	ごぼう にんじん こんにやく さやいんげん	さとう 油 ごま油	みりん しょうゆ わふうだしのもと		
	みそ汁	大豆 さば	豆腐 油揚げ わかめ みそ	だいこん		にぼし さばうすけずり		
	お茶プリン	乳 大豆	乳製品 れん乳		さとう	まつちや		
15 水	メロンパン 牛乳	小麦 乳 大豆 乳	牛乳		メロンパン		772	小松菜はカルシウムが豊富です。骨や歯を丈夫にします。
	グラタン	鶏 小麦 乳 大豆 ゼラチン	鶏肉 全粉乳 チーズ	パセリ	マカロニ パター 小麦粉 油	チキンコンソメ	27.4	
	青菜のソテー	小麦 大豆 鶏		こまつな ほうれんそう とうもろこし	油	塩 こしょう スープストック		
	野菜とウインナーの スープ	鶏 豚	ウインナー	たまねぎ にんじん きゃべつ	じゃがいも	塩 こしょう チキンブイオン コンソメスープ		











○焼津市では、下記の食品を『アレルギー物質』欄に記載します。

卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに あわび いか いくら オレンジ キウイフルーツ 牛肉 くるみ さけ さば 大豆 鶏肉 豚肉 まつたけ もも やまいも りんご ゼラチン パナナ カシューナッツ ごま

○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、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				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 木	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳				873	
	ポークしゅうまい	豚 鶏 大豆 小麦	豚肉 鶏肉	たまねぎ しょうが にんにく	でんぶん さとう 小麦粉 豚脂	チキンブイオン しょうゆ 塩		
	きゅうりのごまじょうゆあえ	ごま 小麦 大豆	きゅうり	ごま さとう ごま油	しょうゆ す		34.1	
17 金	親子煮 	卵 鶏 大豆 小麦	鶏肉 こおりどうふ ちくわ 卵	にんじん たまねぎ たけのこ ほししいたけ	さとう	しょうゆ 酒 わふうだしのもと		
	背割りパン	小麦 乳 大豆			パン		840	
	牛乳	乳	牛乳					
	フランクフルト	豚	フランクフルト		さとう	トマトケチャップ 赤ワイン 中濃ソース	35.4	
20 月	エリンギと野菜のソテー	鶏 豚 乳		きゃべつ にんじん もやし エリンギ とうもろこし	バター	塩 こしょう コンソメスープ		
	クラムチャウダー 	乳 大豆 鶏 豚 小麦	ベーコン あさり 牛乳 生クリーム	にんじん たまねぎ	じゃがいも 油	ペシャメルソース 塩 コンソメスープ こしょう		
	ごはん				こめ		904	
	牛乳	乳	牛乳					
21 火	いわしの蒲焼き 	大豆 小麦	いわし		油 さとう でんぶん	みりん 酒 しょうゆ		
	さつまいもサラダ (マヨネーズ)	マヨ(卵 大豆 りんご)		きゃべつ きゅうり にんじん	さつまいも マヨネーズ	塩 こしょう		
	けんちん汁	大豆 鶏 小麦 ごま	鶏肉 豆腐	だいこん ごぼう にんじん しいたけ 白ねぎ	でんぶん ごま油	かつおのもと しょうゆ 塩	28.6	
	りんご	りんご		りんご				
22 水	ごはん				こめ		821	
	牛乳	乳	牛乳					
	黒はんぺんチーズフライ (ソース) 	乳 さば 小麦	黒はんぺん チーズ		パン粉 でんぶん 油	塩 こしょう 香辛料 中濃ソース		
	大豆の磯煮	大豆 小麦	大豆 ひじき	ごぼう にんじん こんにやく さやいんげん	さとう 油	みりん しょうゆ わふうだしのもと	29.9	
23 木	かきたま汁 	鶏 卵 さば 小麦 大豆	鶏肉 かまぼこ 卵	にんじん たまねぎ 葉ねぎ	でんぶん	しょうゆ さばうすけずり 塩		
	食パン(いちごマーガリン)	パン(小麦 乳 大豆)	いちごマーガリン(乳 大豆)		食パン いちごジャム マーガリン		775	
	牛乳	乳	牛乳					
	鶏肉のマスタード焼き	鶏 大豆 小麦 豚 卵 りんご 乳 ゼラチン	鶏肉 卵		水あめ さとう 油	しょうゆ す 塩 香辛料 塩 こしょう 白ワイン	33.1	
24 金	スパゲティベスコートレ 	小麦 鶏 豚 えび いか	えび いか あさり	たまねぎ にんにく トマト	スパゲティ 油	トマトピューレ トマトケチャップ 中濃ソース コンソメスープ		
	ベーコンとチンゲンサイの スープ	豚 小麦 大豆 鶏 ごま	ベーコン	たまねぎ にんじん とうもろこし ちんげんさい	でんぶん	塩 こしょう チキンブイオン 中華スープのもと しょうゆ		
	ごはん				こめ		792	
	牛乳	乳	牛乳					
27 月	鮭のみりんじょうゆ焼き 	さけ 小麦 大豆	さけ			みりん しょうゆ		
	華風あえ	ごま 大豆 小麦		ほうれんそう にんじん もやし	春雨 さとう ごま ごま油	しょうゆ す	34.3	
	豚汁	豚 大豆 さば	豚肉 油揚げ みそ	たまねぎ だいこん にんじん 葉ねぎ	さといも	にぼし さばうすけずり		
	ごはん				こめ		810	
28 火	牛乳	乳	牛乳					
	なまりぶしそぼろ 	大豆 小麦 卵	かつお 卵 枝豆 寒天	しょうが	さとう でんぶん	しょうゆ 酒 塩		
	ごまあえ	ごま 小麦 大豆		ほうれんそう にんじん もやし	ごま さとう	しょうゆ	30.3	
	肉団子と春雨の スープ	小麦 大豆 鶏 豚 ごま	豚肉 鶏肉	たまねぎ にんじん ほししいたけ きゃべつ しょうが	はるさめ でんぶん パン粉 水あめ 油	塩 こしょう チキンブイオン 中華スープのもと しょうゆ		
29 水	メープル二つ折りパン	小麦 乳 大豆			メープルパン		839	
	牛乳	乳	牛乳					
	鶏肉とレバーのケチャップあえ	鶏 小麦	鶏肉 鶏レバー	しょうが	でんぶん 油 さとう	赤ワイン 中濃ソース トマトケチャップ しょうゆ		
	ほうれんそうとコーンのソテー	乳 鶏 豚		ほうれんそう とうもろこし	バター	コンソメスープ 塩 こしょう	35.3	
30 木	ラビオリスープ	豚 鶏 小麦 大豆	ベーコン 鶏肉 豚肉	たまねぎ にんじん きゃべつ とうもろこし	小麦粉 パン粉 豚脂 さとう	塩 こしょう コンソメスープ チキンブイオン 香辛料		
	ごはん				こめ		769	
	牛乳	乳	牛乳					
	ピビンバ	豚 ごま 小麦 大豆	豚肉	ほししいたけ ぜんまい にんにく	ごま油 さとう	酒 みりん しょうゆ とうぼんじゃん		
31 金	ナムル	ごま 小麦 大豆		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	27.7	
	わかめスープ	大豆 小麦 鶏 豚 ごま	豆腐 わかめ	きゃべつ にんじん こまつな		チキンブイオン 塩 こしょう 中華スープのもと しょうゆ		
	オレンジ	オレンジ		オレンジ		オイスターソース		
	うどん	小麦			うどん		859	
31 金	牛乳	乳	牛乳					
	カレーうどんつゆ	豚 乳 りんご 小麦 大豆 鶏	豚肉 チーズ	にんじん たまねぎ こまつな 白ねぎ しょうが にんにく		トマトケチャップ カレーフレーク チキンブイオン スープストック しょうゆ 塩		
	チキンナゲット	卵 小麦 乳 大豆 鶏	鶏肉 卵 脱脂粉乳		小麦粉 でんぶん 油	塩 香辛料 しょうゆ	35.5	
	おひたし 	小麦 大豆	かつおぶし	ほうれんそう にんじん もやし		しょうゆ みりん		
31 金	ごはん				こめ		913	
	牛乳	乳	牛乳					
	タレかつ	豚 大豆 小麦	豚肉 大豆粉		油 さとう でんぶん パン粉	しょうゆ みりん 塩 わふうだしのもと 香辛料		
	はりはり漬け きのこのみそ汁	ごま 大豆 小麦 大豆 さば	豆腐 わかめ みそ	きりぼしだいこん にんじん きゅうり えのきたけ しめじ にんじん 白ねぎ	ごま ごま油 さとう	す しょうゆ	28.1	
31 金	タルト	小麦 卵 乳	卵 発酵乳 れん乳 脱脂粉乳	ようなし	小麦粉 マーガリン さとう 油 水あめ	塩		
	飯缶チキンライス	鶏 乳 オレンジ 大豆 豚 りんご	鶏肉	たまねぎ にんじん にんにく とうもろこし マッシュルーム	こめ マーガリン バター さとう	トマトケチャップ 塩 す トマトペースト チキンコンソメ	869	
	牛乳	乳	牛乳					
	オムレツ	卵 乳 豚 鶏 大豆 小麦 かに ゼラチン	卵 寒天		でんぶん 水あめ 油	中華調味料 塩		
31 金	海藻サラダ(和風ドレッシング)	ト(りんご 小麦 大豆 鶏)	海藻	きゃべつ きゅうり		わふうドレッシング ハヤシルウ しょうゆ チャツネ 中濃ソース スープストック	30.1	
	ハヤシチュー	牛 豚 大豆 小麦 乳 鶏 パナナ りんご	牛肉	にんじん たまねぎ グリンピース	じゃがいも 油			