

平成26年 12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		682	
	牛乳	乳	牛乳					
	エビチリ 	えび 小麦 大豆 ごま 鶏 りんご	えび	にんにく しょうが 白ねぎ	さとう ごまあぶら こむぎこ あぶら でんぶん パンこ 水あめ	チリソース ケチャップ 塩		
	もやしちゅうかういため	大豆 ごま 小麦	さつまあげ	もやし いら	ごま ごまあぶら	塩 オイスターソース こしょう しょうゆ		
2火	ちゅうかうコーンスープ	豚 卵 ごま 小麦 大豆 鶏	ぶたにく たまご	にんじん チンゲンサイ たまねぎ ほししいたけ とうもろこし	でんぶん ごまあぶら	塩 こしょう スープストック チキンブイヨン	719	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。
	バーガーパン	小麦 大豆 乳			パン			
	牛乳(コーヒーのもと)	乳	牛乳			コーヒーのもと		
	スライスチーズ	乳	チーズ					
3水	ハンバーグ	鶏 豚 小麦	ぶたにく とりにく	たまねぎ	でんぶん あぶら こむぎこ パンこ さとう	塩 香辛料 酵母エキス トマトケチャップ 中のうソース デミグラスソース 赤ワイン	29.8	
	デミグラスソース	大豆 牛						
	やさしいソテー	乳 鶏 豚		きゃべつ にんじん もやし とうもろこし	バター	塩 こしょう コンソメスープ		
	パンキンポタージュ	乳 大豆 鶏 豚 小麦	牛乳	かぼちゃ にんじん たまねぎ パセリ	生クリーム あぶら	ベシヤメルソース 塩 スープストック こしょう		
4木	ごはん(のりつくだに)	のり佃煮(小麦 大豆)	のり		こめ		710	ちゃんこ汁に は、野菜がた くさん使われ ています。
	牛乳	乳	牛乳					
	さんまのかばやき 	大豆 小麦	さんま		あぶら さとう でんぶん	みりん さけ しょうゆ		
	そくせきづけ	ごま 小麦		きゃべつ きゅうり たくあん しょうが	ごま			
5金	ちゃんこじる	豚 大豆 さば 小麦	ぶたにく とうふ あぶらあげ	ごぼう ほうさい もやし 白ねぎ にんじん こんにやく しめじ		さけ 塩 しょうゆ みりん かつおのもと	25.2	
	ごはん(おかかふりかけ)		のり		こめ さとう でんぶん	しお かつおぶし		
	牛乳	乳	牛乳					
	さばのみそに 	大豆 小麦 さば	さば みそ	しょうが ねぎ	さとう みずあめ	しょうゆ こんぶエキス 魚介エキス とうがらし		
6土	こまつなもやしの のりあえ	ごま 小麦 大豆	のり	こまつな もやし にんじん	ごま さとう	しょうゆ す	26.3	
	けんちんじる	鶏 大豆 ごま 小麦 さば	とりにく とうふ	だいこん ごぼう にんじん 白ねぎ ほししいたけ	でんぶん ごまあぶら	かつおのもと しょうゆ 塩		
	ちゅうかめん 	小麦 乳	牛乳		ちゅうかめん			
	とんこつラーメンスープ 	鶏 豚 大豆 小麦 ごま	ぶたにく わかめ なた	ほうさい にんじん もやし とうもろこし メンマ		とんこつラーメンスープ さけ		
7日	ぎょうざ	小麦 卵 鶏 豚 大豆 ごま 乳	ぶたにく とりにく 卵	きゃべつ いら たまねぎ	こむぎこ あぶら ごまあぶら さとう もち米 でんぶん	塩 さけ オイスターソース しょうゆ 香辛料	26.5	
	かいそうサラダ (たまねぎドレッシング)	ドレ(りんご 小麦 大豆 鶏)	かいそう	きゃべつ きゅうり		たまねぎドレッシング		
	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
8月	ポークしょうまい	豚 鶏 大豆 小麦	ぶたにく とりにく	たまねぎ	でんぶん さとう こむぎこ	塩 しょうゆ オイスターソース 香辛料	621	リクエスト献 立です。
	ごまあえ	ごま 大豆 小麦		ほうれんそう にんじん もやし	ごま さとう	しょうゆ		
	おでん 	大豆 小麦 卵 さば	あげボール ころはんぺん ちくわ こんぶ	だいこん こんにやく	じゃがいも	しょうゆ みりん さけ 塩 かつおのもと		
	ココアパン	小麦 乳 大豆			パン	ココア		
9火	牛乳	乳	牛乳				673	カラフルサラ ダはサラダの 中で特に人 気がありま す。
	とりとレバーの ピーナッツあえ	鶏 大豆 落花生	とりにく とりレバー		あぶら さとう ピーナッツ でんぶん	赤ワイン 中のうソース トマトケチャップ		
	カラフルサラダ (イタリアンドレッシング)	ドレ(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			
	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 チンゲンサイ	でんぶん	塩 こしょう 中かスープのもと しょうゆ チキンブイヨン		
10水	ごはん				こめ		628	あじは、味が いいので「あ じ」と名付け られました。
	牛乳	乳	牛乳					
	あじのこうじやき 		あじ		こうじ	塩		
	ちくぜんに	鶏 卵 小麦 大豆	とりにく ちくわ	にんじん たけのこ ごぼう こんにやく ほししいたけ さやいんげん	あぶら さとう	わふうだしのもと みりん しょうゆ		
11木	すましじる	大豆 さば 小麦	わかめ とうふ かまぼこ	ほうれんそう えのきだけ	でんぶん	かつおのもと しょうゆ みりん 塩	29.3	
	パンキンデザート	大豆	とうにゅう	かぼちゃ	さとう こめこ あぶら でんぶん			
	スタミナパン	小麦 卵 大豆 乳			スタミナパン			
	牛乳	乳	牛乳					
12金	かにグラタン 	かに 小麦 乳 大豆 鶏 ゼラチン	かに チーズ 全粉乳		マカロニ パター こむぎこ あぶら	塩 チキンコンソメ こしょう	606	小松菜とほう れん草は冬 が旬の野菜 です。
	あおなのソテー	小麦 大豆 鶏		こまつな ほうれんそう とうもろこし	あぶら	塩 こしょう スープストック		
	ポトフ	豚 鶏	とりにく ウィンナー	たまねぎ にんじん きゃべつ さやいんげん	じゃがいも	コンソメスープ さけ 塩 こしょう		
	はんかんサフランライス 	鶏 豚 乳 大豆 牛 小麦 牛乳	乳	牛乳	たまねぎ	こめ さとう		
12月	シーフードカレー 	豚 えび 大豆 鶏 小麦 乳 りんご	ぶたにく ほたて えび	にんじん たまねぎ セロリ にんにく しょうが	じゃがいも あぶら	しょうゆ こしょう 中のうソース カレーフレーク スープストック チャツネ	679	サフランとい う花のめしべ を使って色づ けたご飯で す。
	にたまご	卵	たまご			しお		
	キャベツサラダ	ごま 大豆 小麦		きゃべつ こまつな とうもろこし	ごま さとう あぶら	しょうゆ す		

○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。

