

# 平成26年 3月 学校給食献立表 南棟1

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				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)
3月	ごはん					米		631 たん白質(g)	さわらは、『鯖』と書きま す。春を告げ る魚です。
	牛乳		乳	牛乳					
	さわらのさいきょうやき			さわら	みそ	さとう	塩		
	かふうあえ		ごま 小麦		ほうれんそう にんじん もやし	春雨 さとう ごま油 ごま	しょうゆ 酢		
	すましじる		さば いわし 小麦	わかめ とうふ	にんじん ほししいたけ	でん粉	かつおの素 しょうゆ みりん 塩		
ひなあられ		小麦			さとう 小麦粉 水あめ				
4火	ごはん					米		651 たん白質(g)	日本の味め ぐり『三重県』 にちなみだ献 立です。
	牛乳		乳	牛乳					
	まつざかぎゅういりコロッケ		小麦	牛肉	たまねぎ	じゃがいも さとう 小麦粉 米粉 パン粉 油	しょうゆ		
	なのはなのサラダ (たまねぎドレッシング)		トレ(りんご 小麦)		なのはな キャベツ にんじん とうもろこし		たまねぎドレッシング		
そうへいじる		豚 小麦 ゼラチン	豚肉 とうふ みそ	にんじん れんこん ごぼう はくさい ほししいたけ はねぎ にんにく		スープストック 和風だし			
5水	メロンパン		小麦 乳			メロンパン		609 たん白質(g)	給食用のメロ ンパンは、あ まさがひかえ めで、やさし い味です。
	牛乳		乳	牛乳					
	さけのムニエル		乳	さけ	パセリ	油	塩		
	ほうれんそうと コーンのソテー		乳		ほうれんそう とうもろこし	バター	塩 こしょう		
	とりにくとやさいのスープに		豚 小麦	とり肉 ベーコン	たまねぎ にんじん だいこん パセリ		スープストック しょうゆ 塩 こしょう		
6木	はんかんごはん					米		687 たん白質(g)	ごはんにおム レツをのせ、 その上から ハヤシ チューをかけ て食べるの がおすす めです。
	牛乳		乳	牛乳					
	とろとろオムレツ		卵 乳 小麦			油 でん粉 バター	水あめ 塩		
	カラフルサラダ (イタリアンドレッシング)		トレ(小麦 乳 豚 りんご)		キャベツ きゅうり パプリカ	イタリアンドレッシング			
ハヤシチュー		乳 小麦 豚 トマト	豚肉	にんにく たまねぎ にんじん	じゃがいも 油	トマトピューレ トマトケチャップ 塩 ワイン ハヤシウ しょうゆ スープストック デミグラスソース			
7金	うどん		小麦			うどん		642 たん白質(g)	白ネギが入 ったカレーう どんは、「カ レーなんぼ ん」ともい います。
	牛乳		乳	牛乳					
	カレーうどんつゆ		豚 乳 トマト りんご 小麦 セロリ ゼラチン	豚肉 油揚げ かまぼこ	にんじん たまねぎ 白ねぎ にんにく しょうが	油	カレーウ 和風だしの素 塩 しょうゆ カレー粉 中濃ソース		
	チキンナゲット		小麦 豚	とり肉 おから		パン粉 でん粉 さとう 小麦粉 油	塩		
キャベツサラダ				キャベツ こまつな とうもろこし	さとう 油	酢 塩			
10月	ごはん					米		687 たん白質(g)	みそ味のお でんも人気が あります。
	牛乳		乳	牛乳					
	みそおでん		いわし 卵 豚 小麦 ゼラチン	いわしつみれ ちくわ 豚肉 みそ こんぶ	にんじん だいこん こんにゃく	じゃがいも さとう	和風だしのもと		
	ポークしゅうまい		豚 小麦 卵	とり肉 豚肉	たまねぎ しょうが	さとう 油	しょうゆ 塩		
ごまあえ		小麦 ごま		ほうれんそう にんじん キャベツ	ごま さとう	しょうゆ			
11火	ふたつおりパン		小麦 乳			パン		626 たん白質(g)	ベスカトーレ は、魚介類と トマトソース の pasta で す。
	牛乳		乳	牛乳					
	とりにくのハーブやき			とり肉		油 さとう でん粉	塩		
	ベスカトーレ		豚 えび 貝類 トマト 小麦 乳 セロリ りんご	ベーコン えび いか あさり	たまねぎ トマト にんにく	スパゲティ 油	トマトケチャップ トマトピューレ ワイン コンソメ 中濃ソース 塩		
ほうれんそうと たまごのスープ		卵 小麦	卵	たまねぎ にんじん ほうれんそう	でん粉	塩 こしょう スープストック チキンブイヨン しょうゆ			
12水	ごはん					米		634 たん白質(g)	リクエスト 献立です。
	牛乳		乳	牛乳					
	さばのたつたあげ		さば 小麦	さば		でん粉 さとう 油	しょうゆ 酒		
	ゆかりあえ				きゅうり		ゆかり粉		
ちゅうかスープ		豚 卵 小麦 ごま 貝類	豚肉 うずら卵 わかめ	にんじん キャベツ メンマ 白ねぎ とうもろこし	でん粉	チキンブイヨン 塩 こしょう 酒 中華スープの素 オイスターソース			
13木	ごはん					米		640 たん白質(g)	卒業、進級 の“お祝い 献立”です。
	牛乳		乳	牛乳					
	えびかつ		えび 卵 小麦 乳	えび 卵		パン粉 小麦粉 さとう でん粉 油	塩		
	こまつなのおひたし		小麦	かつお節	こまつな はくさい もやし		みりん しょうゆ		
	キャベツと にくだんごのスープ		豚 ごま 小麦	とり肉 豚肉	にんじん キャベツ ほししいたけ たまねぎ	パン粉 水あめ でん粉 油	チキンブイヨン 塩 こしょう しょうゆ 中華スープのもと		
おいわいデザート				豆乳		さとう 油 水あめ			
14金	バーガーパン		小麦 乳			パン		647 たん白質(g)	リクエスト 献立です。
	牛乳		乳	牛乳					
	ハンバーグ デミグラスソースかけ		小麦 乳 豚 トマト りんご	とり肉	たまねぎ	パン粉 油	中濃ソース トマトケチャップ デミグラスソース ワイン		
	かいそうサラダ (あおじそドレッシング)		トレ(小麦 豚 りんご ゼラチン 貝類)	海そう	きゅうり キャベツ		青じそドレッシング		
ポトフ		乳 豚 セロリ トマト	とり肉 ウインナー	たまねぎ にんじん だいこん	じゃがいも	コンソメ 酒 塩 こしょう			

○焼津市では、今年度下記の食品を『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・やまいも・キウイ・桃・バナナ わらび  
梨・すいか・びわ・さくらんぼ・柿・メロン・アボガド・貝類・アーモンド・ナッツ類(ココナッツは含みません)・ごま・いくら・トマト

○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。