

平成26年 3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		
3月	メロンパン		小麦 乳			メロンパン		757	給食用のメロンパンは、あまさがひかえめて、やさしい味です。
	牛乳		乳	牛乳					
	鮭のムニエル		乳	さけ	パセリ	油	塩		
	ほうれん草とコーンのソテー		乳		ほうれん草 とうもろこし	バター	塩 こしょう		
4火	鶏肉と野菜のスープ煮		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	33.4	
	飯缶ごはん					米			
	牛乳		乳	牛乳					
5水	とろとろオムレツ		卵 乳 小麦	卵		油 でん粉 バター	水あめ 塩	811	ごはんにオムレツをのせ、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。
	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 ハヤシルウ こしょう スープストック デミグラスソース		
6木	ごはん					米		776	さわらは、『鯖』と書きます。春を告げる魚です。
	牛乳		乳	牛乳					
	鯖の西京焼き				さわら みそ	さとう	塩		
	華風あえ		ごま 小麦		ほうれん草 にんじん もやし	春雨 さとう ごま油 ごま	しょうゆ 酢		
	すまし汁		そば 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		
7金	ひなあられ		小麦			さとう 小麦粉 水あめ		28.0	
	二つ折りパン		小麦 乳			パン			
	牛乳		乳	牛乳					
	鶏肉のハーブ焼き			とり肉		油 さとう でん粉	塩		
8土	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	737	ベスカトーレは、魚介類とトマトソースの pasta です。
	ほうれん草と卵のスープ		卵 小麦	卵	たまねぎ にんじん ほうれん草	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		
	ごはん					米			
9日	牛乳		乳	牛乳				815	リクエスト献立です。
	鯖のたつたあげ		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		
	中華スープ		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		
10月	ごはん					米		828	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	えび 卵		パン粉 小麦粉 さとう でん粉 油	塩		
	小松菜のおひたし		小麦	かつお節	こまつな はくさい もやし		みりん しょうゆ		
	キャベツと肉だんごのスープ		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		
11火	お祝いデザート			豆乳	いちご	さとう 油 水あめ		29.4	
	ごはん					米			
	牛乳		乳	牛乳					
12水	味噌おでん		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 こんにやく	じゃがいも さとう	和風だしのもと	875	みそ味のおでんも人気があります。
	ポーク焼売		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		ほうれん草 にんじん キャベツ	ごま さとう	しょうゆ		
13木	うどん		小麦			うどん		833	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		
14金	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	34.7	
	バーガーパン		小麦 乳			パン			
	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		
15土	海そうサラダ(青じそドレッシング)		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	795	リクエスト献立です。
	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		
	ごはん					米			
16日	牛乳		乳	牛乳				805	日本の味めぐり『三重県』にちなんだ献立です。
	松坂牛入りコロッケ		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		
	菜の花のサラダ(玉ねぎドレッシング)		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		
17月	僧兵汁		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	24.5	

○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。