




平成26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) たんぱく質	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 火	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	なつやさいのカレー	豚 小麦 大豆 乳 りんご 鶏	ぶたにく	なす ビーマン たまねぎ にんじん さやいんげん かぼちゃ トマト にんにく しょうが	じゃがいも あぶら	カレーフレーク 赤ワイン トマトピューレ 中濃ソース カレー粉 こしょう スープストック	686	リクエスト献立です。
	チーズオムレツ	卵 鶏 乳 大豆	たまご チーズ		でん粉 さとう あぶら	酢 チキンスープ	23.2	
2 水	ナムル	ごま 小麦 大豆		ほうれんそう にんじん きりぼしだいこん	ごま ごまあぶら	しょうゆ		
	パンフキンパン	小麦 乳 大豆		かぼちゃ	パン			
	牛乳	乳	牛乳					
	カレーのからあげ	小麦 大豆	カレー		でん粉 あぶら	しょうゆ みりん	630	
3 木	あおなとベーコンのソテー	乳 豚	ベーコン	ほうれんそう こまつな	バター	こしょう 塩	29.2	カレー
	やさいのスープに	鶏 小麦 大豆	とりにく	たまねぎ きゃべつ にんじん とうもろこし パセリ		スープストック 塩 こしょう しょうゆ		
	ごはん	乳	牛乳		こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
4 金	ほしがたメンチカツ	豚 大豆 小麦	ぶたにく	たまねぎ	パン粉 さとう あぶら 小麦粉 米粉	塩 こしょう みりん しょうゆ 和風だし	696	七夕にちなんだ献立です。
	だいずのいそに	大豆 卵 小麦	だいず ひじき ちくわ	にんじん さやいんげん こんにゃく	さとう あぶら		26.3	
	たなばたじる	小麦 大豆 さば	なると わかめ	にんじん たまねぎ ほししいたけ オクラ えのきたけ	でん粉	かつおの素 しょうゆ 塩 みりん		
	たなばたゼリー	もも 大豆 りんご	かんてん	おうとう りんご こんにゃく	さとう みずあめ でん粉			
7 月	ソフトめん	小麦			ソフトめん			
	牛乳	乳	牛乳					
	ミートソース	豚 大豆 りんご 小麦 牛 鶏 乳	ぶたにく みそ	たまねぎ にんじん にんにく セロリ トマト	あぶら	トマトピューレ 中濃ソース トマトケチャップ スープストック デミグラスソース みりん こしょう ベシヤメルソース クッキングソース	666	
	さけのチーズころもやき	さけ 乳 小麦 大豆	さけ チーズ		パン粉 でん粉	塩 こしょう	27.7	
フルーツあえ	りんご		みかん缶 バイン缶 りんご缶					
ごはん	乳	牛乳		こめ				
8 火	ぶたにくとキムチの いためもの	豚 りんご ごま 小麦 大豆 さば	ぶたにく	きゃべつ なら はくさいキムチ	ごまあぶら	トウバンジャン しょうゆ こしょう	684	ひじきには鉄分や食物せんがいが豊富です。
	ひじきサラダ (ごまドレッシング)	大豆 小麦 ドレ(小麦 大豆 ごま)	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	24.2	
	すいぎょうざスープ	豚 ごま 小麦 鶏 大豆 卵	なると ぶたにく とりにく だいず	たまねぎ にんじん チンゲンサイ きゃべつ 白ねぎ しょうが	ごまあぶら さとう 豚脂 もち米粉 小麦粉	中華スープの素 こしょう 酒 チキンブイヨン しょうゆ 塩		
	ごはん	乳	牛乳		こめ			
9 水	牛乳	乳	牛乳					
	にらまんじゅう	豚 小麦 大豆 小麦 大豆 小麦	ぶたにく だいず	きゃべつ なら 白ねぎ にんにく しょうが	こむぎこ さとう ごまあぶら	しょうゆ 塩 こしょう	657	冬瓜は、今が旬の野菜です
	かんこくふうにくじゃが	豚 卵 小麦 大豆	ぶたにく ちくわ	にんじん たまねぎ にんにく	じゃがいも さとう ごま ごまあぶら	しょうゆ 酒 コチュジャン チキンブイヨン こしょう 酒 中華スープの素 オイスターソース 塩	22.1	
	とうがんスープ	豚 卵 鶏 小麦 大豆 小麦	ベーコン うずらのたまご わかめ	にんじん とうがん メンマ とうもろこし	でん粉			
ごはん	乳	牛乳		こめ				
10 木	牛乳	乳	牛乳					
	さばのたつたあげ	さば 小麦 大豆	さば		でん粉 あぶら	しょうゆ みりん	620	小川港で水揚げされたさばを電田揚げにしました。
	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		24.9	
	あさりいりみそしる	さば 大豆	とうふ あさり わかめ みそ	たまねぎ		にぼし さばうすけずり		
バーガーパン	小麦 乳 大豆			パン				
11 金	牛乳	乳	牛乳					
	ハンバーグ	鶏 豚 牛 卵 乳 小麦 大豆 りんご	とりにく たまご	たまねぎ	あぶら パン粉 さとう 牛脂	デミグラスソース 赤ワイン トマトケチャップ しょうゆ 塩 中濃ソース かつおエキス	611	サラダにクルトンをふりかけて食べてください。
	シーザーサラダ (クルトン) (シーザードレッシング)	ドレ(乳) クルトン(小麦 大豆)		きゃべつ きゅうり パプリカ	シーザードレッシング クルトン		26.4	
	トマトとたまごのスープ	豚 卵 鶏	ぶたにく たまご	たまねぎ にんじん とうもろこし トマト パセリ	でん粉	コンソメスープ こしょう 塩		
ごはん	乳	牛乳		こめ				
14 月	牛乳	乳	牛乳					
	しろみぎかなのみそマヨネーズやき	大豆 卵 乳	ホキ みそ		マヨネーズ	塩	623	マヨネーズ焼きの白身魚は「ホキ」という魚を使います。
	くろはんべんいり きんぴらごぼう	ごま 小麦 大豆 さば	くろはんべん	ごぼう にんじん さやいんげん こんにゃく	さとう あぶら ごまあぶら	みりん しょうゆ 和風だし	25.5	
	けんちんじる	鶏 大豆 小麦	とりにく とうふ	だいこん にんじん ほししいたけ 葉ねぎ	さといも でん粉 ごまあぶら	かつおの素 しょうゆ 塩 みりん		
れいとうみかん	小麦 さば		みかん					
14 月	ごはん	乳	牛乳		こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	かぼちゃコロケ	乳 小麦 大豆	牛乳	かぼちゃ たまねぎ	パン粉 小麦粉 あぶら マーガリン さとう	塩	635	リクエスト献立です。
	コールスローサラダ (コールスロドレッシング)	ドレ(卵 大豆)		きゃべつ きゅうり	コールスロドレッシング	塩 こしょう	18.1	
にくだんごのトマトスープ	鶏 豚 小麦 大豆	とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん チンゲンサイ トマト パセリ にんにく	パン粉 水あめ でん粉 あぶら	コンソメスープ 塩 こしょう			

○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 ぜらチン 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) <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		
15 火	ナン	小麦 乳 大豆			ナン		661	とうもろこしは 今が旬の野菜です。
	牛乳	乳	牛乳					
	ドライカレー	豚 小麦 りんご 鶏 大豆	ぶたにく	たまねぎ にんじん えだまめ にんにく しょうが レーズン	小麦粉 あぶら	アップルビュレ カレー粉 トマトケチャップ 中濃ソース スープストック チャツネ 塩		
	ゆでとうもろこし			とうもろこし				
16 水	ポトフ	豚 鶏	ベーコン ウインナー	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 塩 こしょう	26.5	
	はんかつかつおづくだにごはん	●小麦 大豆 ごま	なまりぶし こんぶ	しょうが	水あめ さとう ごま	しょうゆ みりん 酢	667	リクエスト献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	さくらえびのかきあげ	えび 小麦 乳	さくらえび 牛乳	ごぼう たまねぎ 葉ねぎ	小麦粉 でん粉 あぶら	塩		
かふうあえ	ごま 小麦 大豆		ほうれんそう にんじん もやし	ごま ごまあぶら さとう はるさめ	しょうゆ 酢			
17 木	とんじる	豚 大豆 さば	ぶたにく とうふ みそ あぶらあげ	たまねぎ にんじん 白ねぎ こんにゃく		にぼし さばうすけずり	25.5	
	ちゅうかめん	小麦			ちゅうかめん		314	焼津市はなるとの生産量が日本一です。
	牛乳	乳	牛乳					
	しょうゆラーメンスープ	豚 小麦 大豆 鶏 さば ごま	ぶたにく なたと わかめ	にんじん チンゲンサイ にんにく しょうが メンマ とうもろこし		しょうゆ ラーメンスープ 塩 酒 中華スープの素 チキンブイオン		
ポークしゅうまい	豚 鶏 大豆 小麦	ぶたにく とりにく 大豆	たまねぎ にんにく	さとう でん粉 小麦粉 豚脂	チキンブイオン 発酵調味料 ほたて貝ペースト しょうゆ			
18 金	もやしちゅうかいため	●大豆 ごま 小麦	さつまあげ	もやし なら		ごま ごまあぶら	27.6	
	ごはん				こめ		697	
	牛乳	乳	牛乳					
	ユーリンチー	鶏 小麦 大豆 ごま	とりにく とりレバー	白ねぎ	でん粉 あぶら さとう ごまあぶら	一味唐辛子 しょうゆ 酢		
きゅうりとわかめのサラダ (あおじそドレッシング)	ドレ(小麦 大豆)	わかめ	きゅうり にんじん		あおじそドレッシング			
22 火	ちゅうかふうコーンスープ	豚 卵 ごま 大豆 鶏 小麦	ぶたにく たまご	にんじん たまねぎ チンゲンサイ とうもろこし ほししいたけ		でん粉 ごまあぶら	26.3	オイスターソース こしょう 塩 スープストック チキンブイオン
	ごはん				こめ		721	日本味噌ぐりは「熊本県」にちなんだ献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	れんこんのはさみあげ	鶏 大豆 小麦	とりにく	れんこん たまねぎ ししいたけ	パン粉 小麦粉 でん粉 あぶら	しょうゆ 塩		
やさいのごまずあえ	ごま 大豆 小麦		こまつな にんじん きゅうり	ごま さとう	しょうゆ 酢			
23 水	タイビーエン	豚 いか えび 小麦 卵 ごま 大豆 鶏	ぶたにく いか えび なたと うずらたまご	たまねぎ にんじん きゃべつ 葉ねぎ しょうが		ごまあぶら はるさめ	23.4	オイスターソース チキンブイオン 中華スープの素 しょうゆ 塩 酒
	すいかのゼリー			すいか		さとう みずあめ でん粉		
	せわりパン (ブルーベリージャム)	小麦 乳 大豆				パン ジャム	723	クリーム煮に入っている「ニョッキ」はイタリアのパスタの一種です。
	牛乳	乳	牛乳					
ウインナーのたまごまき	鶏 豚 大豆 小麦 卵	ぶたにく とりにく たまご			あぶら さとう でん粉	かつおエキスを しょうゆ 塩 香辛料 みりん		
やさいソテー	乳 鶏 豚		きゃべつ もやし とうもろこし	バター	コンソメスープ 塩 こしょう			
24 木	だいずのクリームに	鶏 乳 大豆 小麦 豚	とりにく 牛乳 豆乳 だいず	たまねぎ にんじん しめじ クリンピース		あぶら ニョッキ 生クリーム	30.7	ベジタブルソース 塩 こしょう スープストック
	ごはん (うめふりかけ)	●(ごま 小麦 大豆)	かつおぶし のり	うめ	こめ ごま コースターチ マッシュポテト さとう		600	キウイフルーツにはビタミンCが豊富です。
	牛乳	乳	牛乳					
	しのだに	卵 小麦 大豆	油揚げ ほっけ たまご ひじき	にんじん ほうれんそう	小麦粉 さとう でん粉 はるさめ	しょうゆ こんぶエキス かつおエキス みりん 塩		
こまつなのアーモンドあえ	小麦 大豆		こまつな にんじん きゃべつ	アーモンド さとう	しょうゆ みりん			
わかめスープ	鶏 大豆 小麦 豚	とりにく とうふ わかめ	たけのこ 葉ねぎ ほししいたけ		でん粉	コンソメスープ しょうゆ チキンブイオン 塩	22.6	
キウイフルーツ	キウイフルーツ			キウイフルーツ				



学校給食

こんなことに気をつけて作っています！

おいしいね

★食に関する指導の教材として活用できるものであること。



★おいしく、栄養バランスに優れ、児童生徒が満足できるものであること。



★衛生的で、安心して食べられるものであること。



★「学校給食衛生管理基準」に基づき、調理を行うこと。