

平成26年 8、9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) <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		
29 金	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 コーンスターチ マッシュポテト さとう	さとう 塩	599	はりはり漬け に使われている きりぼしは、食 物繊維がたく さん含まれて います。
	牛乳	乳	牛乳					
	どうふステーキの そばろあんかけ	大豆 鶏 小麦 大豆	とうにゅう とりにく	白ねぎ しょうが	でんぶん あぶら さとう	しょうゆ	21.1	
	はりはりづけ	ごま 大豆 小麦		きりぼしだいこん にんじん きゅうり	さとう ごま ごまあぶら	す しょうゆ		
みそしる	大豆 さば	わかめ みそ あぶらあげ	こまつな にんじん えのきだけ しめじ たまねぎ		にぼし さばうすけずり			
1 月	ミルクパン	小麦 乳			ミルクパン		659	スペイン風オ ムレツとは、 じゃがいもや ベーコンなど を混ぜた具 だくさんのオ ムレツです。
	牛乳	乳	牛乳					
	スペインふうオムレツ	卵 乳 豚 りんご	たまご チーズ ベーコン 牛乳	たまねぎ	じゃがいも さとう でんぶん あぶら	す 塩	28.9	
	エリンギとやさいのソテー	乳 鶏 豚		キャベツ にんじん もやし エリンギ とうもろこし	バター	塩 コンソメスープ こしょう		
チリンコンカーン	豚 大豆 小麦 鶏 りんご	ぶたにく だいず	たまねぎ にんじん	あぶら	トマトケチャップ チリミックス 塩 赤ワイン 中のうソース こしょう			
2 火	ごはん	乳	牛乳		こめ		628	リクエスト献 立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	とりにくのハーブやき	鶏 卵 大豆 小麦	とりにく たまご		さとう	塩 しょうゆ 香辛料 レモン果汁	24.1	
	はるさめサラダ (パンパンジードレッシング)	小麦 大豆 ごま 豚		キャベツ きゅうり にんじん	はるさめ パンパンジードレッシング			
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 しょうゆ チキンブイヨン 中かスープのもと こしょう			
3 水	ごはん	乳	牛乳		こめ		613	おひたしに使 われている かつおぶし は、焼津市で つくられてい るものです。
	牛乳	乳	牛乳					
	あじのなんぼんづけ	大豆 小麦	あじ	白ねぎ	でんぶん あぶら さとう	しょうゆ す 一味とうがらし	24.4	
	おひたし	大豆 小麦	かつおぶし	キャベツ もやし にんじん	さとう	しょうゆ		
にくだんごのはるさめ スープ	鶏 豚 小麦 大豆 ごま	とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん しいたけ こまつな しょうが	パンこ 水あめ でんぶん はるさめ	塩 しょうゆ チキンブイヨン 中かスープのもと こしょう			
4 木	ごはん	乳	牛乳		こめ		642	秋刀魚や、巨 峰は旬の食 べ物です。
	牛乳	乳	牛乳					
	さんまのしおやき	大豆 小麦 豚 ごま	ぶたにく さつまあげ	ごぼう にんじん こんにゃく さやいんげん	さとう あぶら ごまあぶら	塩 みりん しょうゆ わふうだしのもと	24.7	
	きんぴらごぼう	大豆 小麦 豚 ごま	ぶたにく さつまあげ	ごぼう にんじん こんにゃく さやいんげん	さとう あぶら ごまあぶら	塩 みりん しょうゆ わふうだしのもと		
あさりのみそしる	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			
きよほう			きよほう					
5 金	うどん	小麦			うどん		607	きつねうどん つゆは、きつ ねの好物とさ れる油揚げ がたくさん使 われています。
	牛乳	乳	牛乳					
	きつねうどんつゆ	さば 鶏 大豆 小麦	とりにく あぶらあげ かまぼこ	にんじん たまねぎ ほうれんそう しいたけ	でんぶん	しょうゆ みりん かつおのもと 塩 にぼし	27.2	
	ちくわのいそべあげ	卵 小麦	ちくわ あおりのり		あぶら こむぎこ でんぶん			
ゆかりあえ	ごま		キャベツ きゅうり	ごま	ゆかりこ			
8 月	ごはん	乳	牛乳		こめ		634	十五夜(9/ 8)のお月見 に、ちなんだ 献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	さけのバジルソース	さけ 鶏 豚 小麦 乳 大豆	さけ	にんにく	あぶら	塩 マスタード バジル こしょう レッドペル ローズマリー パセリ オレガノ セージ タイム ナツメグ	25.2	
	さやいんげんのごまあえ	ごま 大豆 小麦		さやいんげん きゃべつ にんじん	さとう ごま	しょうゆ みりん		
つきなじる	卵 さば 大豆 小麦	うずらのたまご かまぼこ	こまつな だいこん にんじん	さといも	かつおのもと しょうゆ みりん 塩			
おつきみデザート	大豆		こんにゃく	さとう 水あめ でんぶん	ラフランス果汁			
9 火	こくとうさぎパン	乳 小麦			こくとうパン		616	かつおは、焼 津市で水揚 げされたもの です。
	牛乳	乳	牛乳					
	かつおチーズフライ	小麦 乳	かつお		パンこ チーズ あぶら でんぶん	塩 こしょう 香辛料	26.1	
	スパゲティソテー	豚 鶏 小麦 りんご	ベーコン	たまねぎ にんじん	スパゲティ あぶら	塩 こしょう 中のうソース トマトケチャップ コンソメスープ		
やさしいスープに	鶏 大豆 小麦	とりにく	たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし パセリ		スープストック しょうゆ 塩 こしょう			
10 水	ごはん	乳	牛乳		こめ		640	豚どんの具 をごはんの 上にのせて、 一緒に食べ てください。
	牛乳	乳	牛乳					
	ぶたどんのぐ	豚 小麦 大豆	ぶたにく	たまねぎ こんにゃく グリンピース	さとう あぶら	しょうゆ さけ わふうだしのもと	23.2	
	あさづけ	小麦 大豆	しおこんぶ	きゃべつ きゅうり にんじん		塩		
かきたまじる	さば 卵 小麦 大豆	たまご かまぼこ	にんじん たまねぎ はねぎ	でんぶん	かつおのもと 塩 しょうゆ			
れいとうはくどう	もも		もも	さとう				
11 木	せわりロールパン	乳 小麦			パン		656	地元の志太 梨を使ったフ ルーツボンチ です。
	牛乳	乳	牛乳					
	フランクフルト	豚 りんご	ぶたにく		さとう	塩 香辛料 トマトケチャップ 中のうソース 赤ワイン	24.9	
	キャベツとツナのソテー	乳 鶏 豚	ツナ	キャベツ にんじん とうもろこし	バター	塩 こしょう コンソメスープ		
なしりフルーツポンチ	大豆 もも りんご	かんてん とうにゅう	なし おとうかん みかんかん あまなつみかんかん パインかん	さとう 白たまご 水あめ	白ワイン レモン果汁 ワイン りんご果汁 香料 もも果汁			

○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 セラチン 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。

平成26年 8, 9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) <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		
12 金	はんかんごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	ポークカレー	大豆 鶏 豚 乳 りんご 小麦	ぶたにく	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	アップルビュレ チャツネ 中のうソース カレーフレーク スープストック こしょう	723	ポークカレー は豚肉を使っ たカレーで す。給食で人 気のメニュー です。
	イカリングフライ	いか 小麦 大豆	いか 大豆		あぶら パンこ こむぎこ かたくりこ	塩	22.8	
16 火	キャベツサラダ	ごま 大豆 小麦		キャベツ こまつな とうもろこし	さとう あぶら ごま	しょうゆ す		
	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	くろはんべんフライ	さば 小麦	くろはんべん		あぶら こむぎこ でんぶ んパンこ		651	リクエスト献 立です。
17 水	かいそうサラダ (あおじそドレッシング)	トレ(小麦 大豆)	かいそう	キャベツ きゅうり		青じそドレッシング	23.7	
	とんじる	豚 大豆 さば	ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	こんにゃく ごぼう にんじん 白ねぎ		にぼし さばうすけずり		
	ごはん(のりふりかけ)		かつおぶし のり		こめ さとう でんぶ ん	塩 まっちゃん		
	牛乳	乳	牛乳					
18 木	さばのカレーやき	さば 小麦 大豆	さば	しょうが	あぶら	さけ しょうゆ カレー こ	668	さばにカレー 粉や醤油な どでスパイ シーに味づ けをして焼き ます。
	かふうあえ	大豆 小麦 ごま		ほうれんそう にんじん もやし	ごまあぶら ごま さとう はるさめ	しょうゆ す チキンブイオン しょうゆ 中かスープのもと 塩 オイスターソース こしょう	23.2	
	わかめスープ	鶏 大豆 小麦 豚 ごま	わかめ	キャベツ にんじん こまつな				
	ごはん				こめ			
19 金	牛乳	乳	牛乳					
	ぶたにくのみそやき	豚 大豆 小麦 ごま	ぶたにく みそ		ごまあぶら ごま さとう	みりん しょうゆ とうがらし	684	豚肉には、夏 ばてを防ぐ働 きがあります。
	ほうれんそうのおひたし	大豆 小麦	かつおぶし	ほうれんそう にんじん もやし	さとう	しょうゆ	24.7	
	けんちんじる	鶏 大豆 小麦 ごま さば	とりにく とうふ	だいこん にんじん しいたけ 白ねぎ	ごまあぶら でんぶ んさといも	かつおのもと しょうゆ みりん 塩		
22 月	プリン	大豆	とうにゅう		水あめ ショートニング さとう	塩		
	アップルパン	小麦 乳 りんご				アップルパン		
	牛乳	乳	牛乳					
	とりとレバーの ケチャップあえ	鶏 大豆 りんご	とりにく とりレバー		あぶら でんぶ ん さとう	ケチャップ 中のうソース 赤ワイン	692	レバーには、 血液をつくる 鉄分がたくさん 含まれていま す。
24 水	マカロニサラダ (マヨネーズ)	小麦 大豆 りんご		きゅうり にんじん とうもろこし	マカロニ マヨネーズ	塩 こしょう	27.3	
	やさいとウィンナーのスープ	豚 鶏	ウィンナー	たまねぎ にんじん キャベツ		塩 こしょう コンソメスープ チキンブイオン		
	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
25 木	ぎょうざ	豚 鶏 大豆 ごま 小麦	ぶたにく とりにく	キャベツ なら しょうが	ごまあぶら こむぎこ こめこ でんぶ ん	しょうゆ みりん がらエキス 塩 香辛料	670	ニラには、胃 腸のはたらき をよくする効 果があります。
	にらともやしのサラダ	大豆 小麦 ごま	のり	にら もやし にんじん	ごま さとう	しょうゆ す	22.6	
	マーボーはるさめ	豚 小麦 大豆 鶏 ごま	ぶたにく	たまねぎ にんじん チンゲンサイ はねぎ キャベツ しょうが たけのこ しいたけ	ごまあぶら あぶら さとう はるさめ でんぶ ん	しょうゆ オイスターソース 中かスープのもと 豆板醤 塩		
	はんかんすめし				こめ さとう	す 塩		
26 金	牛乳	乳	牛乳					
	いわしのしょうがに	小麦 大豆	いわし	しょうが	さとう でんぶ ん	みりん しょうゆ 香辛料	670	五目寿司の 具を酢飯に 混ぜて食べ てください。
	ごもずしのぐ	大豆 小麦	あぶらあげ	れんこん にんじん たけのこ しいたけ かんぴょう	さとう	しょうゆ みりん わふうだのもと	24.8	
	きのこのみそしる	大豆 さば	とうふ わかめ みそ	えのきだけ しめじ にんじん たまねぎ		にぼし さばうすけずり		
29 月	ちゅうかめん	小麦				ちゅうかめん		
	牛乳	乳	牛乳					
	キムチラーメンスープ	豚 鶏 大豆 りんご 小麦 セラチン えび さば	ぶたにく なんと	にんじん 白さい 白さいキムチ なら もやし しなちくもやし とうもろこし しょうが にんにく		キムチのもと チキンブイオン みそラーメンのもと	673	リクエスト献 立です。
	フィッシュナゲット	小麦 大豆 豚	あじ イトヨリダイ グチ キントキダイ コチ 大豆	たまねぎ	さとう でんぶ ん こむぎこ	塩 しょうゆ 香辛料 かつおエキス ポークエキス	27.7	
30 火	ひじきサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 トレ(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		
	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	あつやきたまご	卵 小麦 大豆	たまご		さとう こむぎ あぶら	しょうゆ 塩 こんぶだし かつおだし いわしだし	663	給食のじゃが いもは、「メー クイン」とい う種類を使っ ています。
29 月	コーンときゅうりのすのもの	小麦 大豆	わかめ	とうもろこし きゅうり しょうが	さとう	しょうゆ 塩 す	22.8	
	にくじゃが	豚 小麦 大豆	ぶたにく	にんじん たまねぎ こんにゃく さいいんげん	じゃがいも さとう あぶら	しょうゆ みりん わふうだのもと		
	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
30 火	わかさぎのフリッター	小麦 大豆	わかさぎ		あぶら こむぎこ でんぶ んパンこ	しょうゆ 塩	603	日本味めぐり 「島根県」の 献立です。わ かさぎや、し じみが潮でと れます。
	きりぼしだいこんのいために	小麦 大豆 ごま	あぶらあげ しじみ かんでん	きりぼしだいこん にんじん しいたけ さやいんげん しょうが	さとう ごまあぶら 水あめ でんぶ ん	しょうゆ みりん さけ わふうだのもと	19.7	
	のっぺいじる	さば 小麦 鶏 大豆	とりにく	ごぼう にんじん はねぎ こんにゃく	さといも でんぶ ん	かつおのもと しょうゆ さばうすけずり 塩 みりん		
	バーガーパン	乳 小麦				パン		
30 火	牛乳	乳	牛乳					
	ハンバーグデミグラスソース	鶏 豚 小麦 大豆 りんご 牛	とりにく ぶたにく	たまねぎ しょうが		塩 香辛料 トマトケチャップ デミグラスソース 中のうソース 赤ワイン	665	きのこのク リーム煮に は、エリン ギ、しめじ、 えのきだけと 3種類のきの こが使われ ています。
	カラフルサラダ (イタリアンドレッシング)	りんご 乳 豚 大豆 小麦 鶏		キャベツ きゅうり パプリカ		イタリアンドレッシング		
	きのこのクリームに	乳 小麦 大豆 鶏 豚	とりにく 牛乳	にんじん たまねぎ エリンギ しめじ えのきだけ パセリ	あぶら なまクリーム	ベジマールソース 塩 こしょう スープストック	29.7	