

平成26年 8、9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				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	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		
	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		
やさいのスープに	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	26.1		
1 月	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大根には、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ぼろあんかけ	大豆 鶏 小麦 大豆	とうにゆう 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		
	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	21.1	
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			
2 火	ごはん	乳	牛乳		こめ		684	豚肉には、夏ばてを防ぐ働きがあります。
	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		
	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		
	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		
プリン	大豆	とうにゆう		水あめ ショートニング さとう	塩			
3 水	ちゅうかめん	小麦 乳	牛乳		ちゅうかめん		673	リクエスト献立です。
	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 なた	にんじん 白さい 白さいキムチ にもやし 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 チキンブイヨン みそラーメンのもと		
	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		
ひじきサラダ(ごまドレッシング)	小麦 大豆 (ごまドレッシング)	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			
4 木	ごはん	乳	牛乳		こめ		670	ニラには、胃腸のはたらきをよくする効果があります。
	牛乳	乳	牛乳					
	ぎょうざ	豚 鶏 大豆 ごま 小麦	ぶたにく とりにく	キャベツ にもやし 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		
	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		
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			
5 金	ミルクパン	小麦 乳	牛乳		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		
	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 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			
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 レッドペブル ローズマリー パセリ オレガノ セージ タイム ナツメグ		
	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	せわりロールパン	乳 小麦	牛乳		パン		656	地元の志太梨を使ったフルーツポンチです。
	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		
	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 とうにゆう	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 白たまだんご 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			
10 水	はんかんすめし	乳	牛乳		こめ さとう	す 塩	670	五日寿司の具を酢飯に混ぜて食べてください。
	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		
	ごもくずしのぐ	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 わふうだしのもと		
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			
11 木	ごはん	乳	牛乳		こめ		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。
	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		
	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		
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 さやいんげん	じゃがいも さとう あぶら	しょうゆ みりん わふうだしのもと			

○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 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				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 もとなる食品(黄色)	調味料		
12 金	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	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 でんぷん 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 でんぷん	しょうゆ みりん さけ わふうだしのもと	19.7	
のっぺいじる	さば 小麦 大豆 鶏	とりにく	ごぼう にんじん はねぎ こんにゃく	さといも でんぷん	かつおのもと しょうゆ さばうすけずり 塩 みりん			
ごはん				こめ				
16 火	牛乳	乳	牛乳					
	くろはんぺんフライ	さば 小麦	くろはんぺん		あぶら こむぎこ でんぷん パンこ		651	リクエスト献立です。
	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				こめ				
17 水	牛乳	乳 小麦	牛乳		パン			
	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	パンこ さとう	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)	トレ(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		29.7	
	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	ベシヤメルソース 塩 こしょう スープストック		
ごはん				こめ				
18 木	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	628	リクエスト献立です。
	はるさめサラダ (パンパンジードレッシング)	トレ(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		24.1	
	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	でんぷん	塩 しょうゆ チキンブイオン 中かスープのもと こしょう		
うどん	小麦			うどん				
19 金	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	でんぷん	しょうゆ みりん かつおのもと 塩 にぼし	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。
	ちくわのいそべあげ	卵 小麦	ちくわ あおりの		あぶら こむぎこ でんぷん		27.2	
	ゆかりあえ	ごま		キャベツ きゅうり	ごま	ゆかりこ		
ごはん				こめ				
22 月	牛乳	乳	牛乳					
	あじのなんばんづけ	大豆 小麦	あじ	白ねぎ	でんぷん あぶら さとう	しょうゆ す 一味とうがらし	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。
	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	24.4	
	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 でんぷん はるさめ	塩 しょうゆ チキンブイオン 中かスープのもと こしょう		
ごはん(のりふりかけ)		かつおぶし のり		こめ さとう でんぷん	塩 まつちや			
24 水	牛乳	乳	牛乳					
	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スに味つけをして焼きます。
	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	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		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		
アップルパン	小麦 乳 りんご			アップルパン				
25 木	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 でんぷん 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。
	マカロニサラダ (マヨネーズ)	小麦 マヨ(卵 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	
	やさしい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				
26 金	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	640	豚どんの具をごはんの上のせて、一緒に食べてください。
	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	23.2	
	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	でんぷん	かつおのもと 塩 しょうゆ		
れいとうはくとう	もも		もも	さとう				
29 月	牛乳	乳	牛乳					
	さんまのおしおやき		さんま			塩	642	秋刀魚や、巨峰は旬の食べ物です。
	きんぴらごぼう	大豆 小麦 豚 ごま	ぶたにく きつねあげ	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	みりん しょうゆ わふうだしのもと	24.7	
	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					
30 火	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。
	イクラフライ	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	
	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				