

平成26年 8、9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) <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	ご飯(うめふりかけ)	(ごま 小麦 大豆)	かつおぶし のり	うめ	米 ごま コーンスターチ マッシュポテト さとう	さとう 塩	753	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					
	豆腐ステーキの そばろあんかけ	大豆 鶏 小麦 大豆	豆乳 鶏肉	白ねぎ しょうが	でんぶん 油 さとう	しょうゆ	25.4	
	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 ごま油	酢 しょうゆ		
	味噌汁	大豆 さば	わかめ 味噌 油あげ	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	ご飯				米		764	日本味めぐり 「島根県」の 献立です。わ かさぎや、し じみがかぼと れまます。
	牛乳	乳	牛乳					
	わかさぎのフリッター	小麦 大豆	わかさぎ		油 こむぎこ でんぶん パンこ	しょうゆ 塩	24.1	
	切り干し大根の炒め煮	小麦 大豆 ごま	油あげ 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 ごま油 水あめ でんぶん	しょうゆ みりん さけ 和風だしのもと		
	のっぺい汁	さば 小麦 大豆 鶏	鶏肉	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		
2 火	バーガーパン	乳 小麦			パン		819	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。
	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	鶏肉 豚肉	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 中濃ソース 赤ワイン	36.9	
	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			
	きのこのクリーム煮	乳 小麦 大豆 鶏 豚	鶏肉 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	油 生クリーム	ベシヤメルソース 塩 こしょう スープストック		
3 水	ご飯				米		783	リクエスト献 立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	黒はんぺんフライ	さば 小麦	黒はんぺん		油こむぎこ でんぶん パンこ		26.9	
	海そうサラダ (青じそドレッシング)	ドレ(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		
	豚汁	豚 大豆 さば	豚肉 とろふ あぶらあげ 味噌	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		
4 木	中華麺	小麦			ちゅうかめん		853	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 さば 小麦 セラチン えび	豚肉 なると	にんじん 白さい 白さいキムチにら 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	34.7	
	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 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		
5 金	ご飯				米		795	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 大豆	さけ	にんにく	油	塩 マスタード バジル こしょう レッドベル ローズマリー パセリ オレガノ セージ タイム ナツメグ	32.5	
	さやいんげんのごま和え	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 かつおのもと しょうゆ みりん 塩		
	月葉汁	卵 さば 大豆 小麦	うずらの卵 かまぼこ	こまつな だいこん にんじん	さといも			
	お月見デザート	大豆		こんにゃく	さとう 水あめ でんぶん	ラフランス果汁		
	アップルパン	小麦 乳 りんご			アップルパン			
8 月	牛乳	乳	牛乳				843	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。
	鶏とレバーのケチャップあえ	りんご 鶏 大豆	鶏肉 鶏レバー		油 でんぶん さとう	ケチャップ 中濃ソース 赤ワイン		
	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	33.2	
	野菜とウインナーのスープ	豚 鶏	ウインナー	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		
9 火	飯缶酢飯	乳	牛乳		米 さとう	酢 塩	861	五目寿司の 具を酢飯に 混ぜて食べ てください。
	牛乳	乳	牛乳					
	いわしのしょうが煮	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	29.7	
	五目寿司の具	大豆 小麦	油あげ	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 和風だしのもと		
	きのこの味噌汁	大豆 さば	とうふ わかめ 味噌	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		
10 水	ご飯				米		787	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					
	豚丼の具	豚 小麦 大豆	豚肉	たまねぎ こんにゃく グリンピース	さとう 油	しょうゆ さけ 和風だしのもと	27.8	
	浅漬け	小麦 大豆	塩こんぶ	きゃべつ きゅうり にんじん		塩		
	かきたま汁	さば 卵 小麦 大豆	卵 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		
	冷凍白桃	もも		もも	さとう			
11 木	ご飯				米		767	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					
	あじの南蛮漬け	大豆 小麦	あじ	白ねぎ	でんぶん 油 さとう	しょうゆ 酢 一味とうがらし	29.7	
	お浸し	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		
	肉団子の春雨スープ	鶏 豚 小麦 大豆 ごま	鶏肉 豚肉	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 春雨	塩 しょうゆ チキンブイオン 中華スープのもと 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 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) <small>たん白質(g)</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	背割りロールパン	乳 小麦			パン		835	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		
梨いりフルーツポンチ	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 バインかん	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	32.0		
16 火	ご飯						831	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					
	厚焼き卵	卵 小麦 大豆	たまご		さとう こむぎ 油	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酢のもの	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		
肉じゃが	豚 小麦 大豆	豚肉	にんじん たまねぎ こんにやく さやいんげん	じゃがいも さとう 油	しょうゆ みりん わふうだしのもと	27.3		
17 水	ご飯						852	ニラには、胃腸のはたらきをよくなる効果があります。
	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 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 たらこエキス 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		
マーボー春雨	豚 小麦 大豆 鶏 ごま	豚肉	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 中華スープのもと 豆板醤 塩	27.8		
18 木	黒糖うさぎパン	乳 小麦			黒糖パン		749	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 油 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 油	塩 こしょう 中濃ソース トマトケチャップ コンソメスープ		
野菜のスープに	鶏 大豆 小麦	鶏肉	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	31.5		
19 金	ご飯						756	リクエスト献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	鶏肉のハーブ焼き	鶏 卵 大豆 小麦	鶏肉 卵		さとう	塩 しょうゆ 香辛料 レモン果汁		
	春雨サラダ (パンパシードレッシング)	小麦 大豆 ごま 豚		キャベツ きゅうり にんじん	春雨 パンパシードレッシング			
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 中華スープのもと こしょう	26.5		
22 月	ご飯(のりふりかけ)		かつおぶし のり		米 さとう でんぶん	塩 抹茶	825	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。
	牛乳	乳	牛乳					
	さばのカレー焼き	さば 小麦 大豆	さば	しょうが	油	さけ しょうゆ カレーこ		
	華風和え	大豆 小麦 ごま		ほうれんそう にんじん もやし	ごま油 ごま さとう 春雨	しょうゆ 酢 チキンブイヨン しょうゆ 中華スープのもと 塩 オイスターソース こしょう		
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			27.5		
24 水	うどん	小麦			うどん		827	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	鶏肉 油あげ 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		
	ちくわのいそべ揚げ	卵 小麦	ちくわ 青のり		油 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	36.6		
アーモンドフィッシュ	ごま 小麦 大豆	いわし		アーモンド さとう ごま	しょうゆ			
25 木	ご飯						810	秋刀魚や、巨峰は旬の食べ物です。
	牛乳	乳	牛乳					
	さんま塩焼き		さんま			塩		
	金平ごぼう	大豆 小麦 豚 ごま	豚肉 さつまあげ	ごぼう にんじん こんにやく さやいんげん	さとう 油 ごま油	みりん しょうゆ 和風だしのもと		
あさりの味噌汁	さば 大豆	とうふ あさり わかめ 味噌	たまねぎ		にぼし さばうすけずり	30.5		
巨峰			きよほう					
26 金	飯缶ご飯				米		910	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。
	牛乳	乳	牛乳					
	ポークカレー	大豆 鶏 豚 乳 りんご 小麦	豚肉	にんじん たまねぎ セロリ にんにく しょうが	じゃがいも 油	アップルビューレ チャツネ 中濃ソース カレーフレーク スープストック こしょう		
	イカリングフライ	いか 小麦 大豆	いか 大豆		油 パンこ こむぎこ かたくりこ	塩		
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 油 ごま	しょうゆ 酢	29.0		
29 月	ミルクパン	小麦 乳			ミルクパン		805	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					
	スペイン風オムレツ	卵 乳 豚 りんご	卵 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 油	酢 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 鶏 りんご	豚肉 大豆	たまねぎ にんじん	油	トマトケチャップ チリミックス 塩 赤ワイン 中濃ソース こしょう	34.5		
30 火	ご飯				米		843	豚肉には、夏ばてを防ぐ働きがあります。
	牛乳	乳	牛乳					
	豚肉の味噌焼き	豚 大豆 小麦 ごま	豚肉 味噌		ごま油 ごま さとう	みりん しょうゆ とうがらし		
	ほうれん草のお浸し	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		
けんちん汁	鶏 大豆 小麦 ごま さば	鶏肉 とうふ	だいこん にんじん しいたけ 白ねぎ	ごま油 でんぶん さといも	かつおのもと しょうゆ みりん 塩	30.1		
プリン	大豆	豆乳		水あめ ショートニング さとう	塩			