

平成27年 1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				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	
8 木	山型食パン(チョコクリーム)	パン(小麦 乳 大豆)	チョコクリーム(乳 大豆)		食パン チョコクリーム		927 ニョッキはイ タリア料理の パスタのなか まです。
	牛乳	乳	牛乳				
	若鶏の マーメレード焼き	鶏 小麦 大豆	鶏肉		砂糖 でんぷん	しょうゆ マーメレード みりん レモン果汁 塩	
	カラフルサラダ (イタリアンドレッシング)	ドレ(豚 大豆 乳 りんご 鶏 大豆)		きゃべつ きゅうり パプリカ	イタリアンドレッシング		
9 金	ニョッキ入り クリームシチュー	小麦 乳 大豆 鶏 豚	ベーコン きゅうりにゅう	にんじん 玉ねぎ マッシュルーム	じゃがいも ニョッキ 生クリーム 油	ペシャメルソース 塩 コンソメスープ こしょう	38.9
	五目炊き込みごはん	小麦 大豆 鶏	鶏肉 油揚げ	しいたけ にんじん グリンピース	米 油 砂糖	しょうゆ 塩 みりん	
	牛乳	乳	牛乳				
	ほたてフライ	小麦	ほたて		パン粉 小麦粉 油	塩 こしょう	
13 火	れんこんサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 ドレ(ごま 小麦 大豆)		れんこん 小松菜 にんじん	砂糖 ごまドレッシング	しょうゆ みりん こしょう	865 土の中で育 つ野菜は体 を温めてくれ る効果があり ます。
	白玉雑煮	鶏 小麦 大豆 さば	鶏肉 なた	にんじん 白菜	さといも 白玉団子	かつおの素 しょうゆ さばうすけずり	
	ごはん				米		
	牛乳	乳	牛乳			かつおぶし	
14 水	納豆	小麦 大豆	納豆		砂糖 水あめ	しょうゆ 塩 酢 からし	735 いちごなどの 果物にはビタ ミンCが豊富 です。かせ予 防に効果が あります。
	韓国風肉じゃが	大豆 豚 卵 小麦 ごま	豚肉 ちくわ	にんじん 玉ねぎ 白ねぎ にんにく	砂糖 油 ごま油	しょうゆ 酒 コチュジャン	
	わかめスープ	小麦 大豆 豚 鶏 ごま	わかめ	きゃべつ にんじん 小松菜		チキンブイヨン しょうゆ 中華スープのもと 塩	
	いちご			いちご		オイスターソース こしょう	
15 木	平うどん	小麦			うどん		734 リクエスト献 立です。
	牛乳	乳	牛乳				
	うどんつゆ	鶏 大豆 小麦 さば	鶏肉 油揚げ かまぼこ	にんじん しめじ 白ねぎ		かつおの素 みりん しょうゆ 塩	
	桜えびのかき揚げ	えび 小麦 乳	さくらえび 牛乳	ごぼう 玉ねぎ 葉ねぎ	小麦粉 でんぷん 油	塩	
16 金	おひたし	小麦 大豆	ほうれん草 にんじん もやし		砂糖	かつおぶし しょうゆ みりん	32.2
	ごはん				米		
	牛乳	乳	牛乳				
	牛丼の具	牛 小麦 大豆	牛肉	玉ねぎ こんにゃく 白ねぎ	砂糖 油	しょうゆ 酒 和風だし	
19 月	ひじきサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 ドレ(ごま 小麦 大豆)	ひじき	たけのこ にんじん えだまめ	ごまドレッシング 砂糖	みりん しょうゆ	799 ゼリーのフタ に焼津の自 まんの食べ 物がのってい ます。
	湯葉入りすまし汁	大豆 小麦 さば	湯葉 わかめ	にんじん 大根 みつば		かつおの素 しょうゆ みりん 塩	
	梨ゼリー			梨ピューレ	砂糖		
	ごはん				米		
20 火	牛乳	乳	牛乳				896 🍡 🍡
	ポークカレー	豚 乳 りんご 小麦 大豆 鶏	豚肉 チーズ	にんじん 玉ねぎ セロリー にんにく しょうが	じゃがいも 油	スープストック チャツネ アップルピューレ こしょう 中濃ソース カレーフレーク	
	ツナオムレツ	卵 大豆 りんご 小麦	卵 ツナ		砂糖 でんぷん 油	かつお昆布だし しょうゆ りんご酢 みりん 塩	
	キャベツサラダ	小麦 大豆 ごま		きゃべつ 小松菜 とうもろこし	ごま 砂糖 油	しょうゆ 酢	
21 水	ごはん(のりふりかけ)		のり かつおぶし		米 砂糖 でんぷん	塩 抹茶	842 ぶりは成長に よって、つば ずーはまち 一めじろーぶ りと名前が変 わります。
	牛乳	乳	牛乳				
	ぶりのおろし煮	小麦 大豆	ぶり	大根	砂糖 でんぷん	しょうゆ みりん 塩	
	金平ごぼう	小麦 大豆 ごま	さつまあげ	ごぼう にんじん こんにゃく さやいんげん	砂糖 油 ごま油	みりん しょうゆ 和風だし	
22 木	豚汁	豚 大豆 さば	豚肉 油揚げ みそ	玉ねぎ 大根 にんじん 葉ねぎ	さといも	にぼし さばうすけずり	25.7
	バーガーパン	小麦 乳 大豆			パン		
	牛乳	乳	牛乳				
	スライスチーズ ハムステーキ	乳 大豆 卵 小麦 豚	チーズ ロースハム				
22 木	スパゲティベスカトーレ	えび いか 小麦 鶏 豚	えび いか ほたて	玉ねぎ 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 こしょう 中濃ソース 白ワイン コンソメスープ 塩	802 バーガーパ ンにハムと チーズをはさ んで食べてく ださい。
	野菜のスープ煮	鶏 小麦 大豆 豚	鶏肉	玉ねぎ きゃべつ にんじん グリンピース	じゃがいも	コンソメスープ 白ワイン しょうゆ 塩	
	ごはん(さけふりかけ)	ふりかけ(ごま さけ 大豆)	さけ		米 ごま 砂糖 油	塩 こんぶだし ぶどう酢	
	牛乳	乳	牛乳				
22 木	いかしゅうまい	いか 小麦 卵 大豆 牛肉 ゼラチン	いか 魚肉すり身 卵	玉ねぎ	小麦粉 油 でんぷん 水あめ 砂糖	塩 しょうゆ	829 🍡
	華風あえ	小麦 大豆 ごま		ほうれん草 にんじん もやし	春雨 砂糖 ごま油 ごま	しょうゆ 酢	
	肉団子と野菜のスープ	小麦 大豆 豚 鶏 ごま	鶏肉 豚肉	にんじん 白菜 白ねぎ しょうが 玉ねぎ	でんぷん パン粉 水あめ	塩 こしょう しょうゆ 中華スープの素	
	中華めん	小麦			中華めん		
22 木	牛乳	乳	牛乳				805 リクエスト献 立です。
	塩ラーメンスープ	豚 鶏 大豆 小麦 卵	やきふた なた わかめ	白菜 にんじん もやし 白ねぎ メンマ		塩ラーメンの素 酒 チキンブイヨン	
	ぎょうざ	豚 鶏 大豆 ごま 小麦	豚肉 鶏肉	きゃべつ なら しょうが	油 小麦粉	しょうゆ みりん 塩	
	ほうれん草と コーンのソテー	鶏 豚 乳		ほうれん草 とうもろこし	バター	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 ゼラチン バナナ 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) 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		
23金	ごはん				米		848	大根は冬が旬の食材です。旬の食材は栄養豊富です。
	牛乳	乳	牛乳					
	豚肉と大根の炒め煮	豚 大豆 ごま 小麦 鶏	豚肉 生揚げ	大根 にんじん こんにやく さやいんげん しょうが にんにく	砂糖 ごま油 油	しょうゆ 酒 スープストック		
	さばの竜田揚げ	さば 大豆 小麦	さば		でんぷん 油	しょうゆ みりん		
	ゆかりあえ			き야べつ きゅうり		ゆかり粉	26.9	
26月	抹茶入りメロンパン	小麦 乳 大豆			メロンパン		759	リクエスト献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	しらすグラタン	小麦 乳 大豆 鶏 ゼラチン	チーズ しらす 全粉乳	パセリ	マカロニ バター 小麦粉 油	塩 こしょう チキンコンソメ		
	海藻サラダ (和風玉ねぎドレッシング)	ドレ(りんご 小麦 大豆 鶏)	海藻	きやべつ きゅうり		和風玉ねぎドレッシング		
	コンスープ	豚 卵 鶏	ウインナー 卵	玉ねぎ にんじん どうもろこし パセリ	でんぷん	塩 こしょう コンソメスープ	28.2	
27火	飯缶なまりぶしごはん	大豆 小麦	なまりぶし	しょうが	米	しょうゆ 塩 酒	810	なまり節は、かつおを蒸したり茹でたりしてから、煙でいぶしたものです。
	牛乳	乳	牛乳					
	ちくわの南部揚げ	卵 小麦 ごま	ちくわ		小麦粉 でんぷん ごま 油			
	にらともやしのサラダ	小麦 大豆	のり	にら にんじん もやし	砂糖	しょうゆ 酢		
	大根のみそ汁	大豆 さば	油揚げ 豆腐 みそ	玉ねぎ 大根		にぼし さばうすけずり	33.4	
28水	ごはん				米		806	リクエスト献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	焼津おでん	さば 小麦 大豆 卵	ちくわ あげボール 黒はんぺん こんぶ	大根 こんにやく	じゃがいも	しょうゆ みりん 酒 かつおの素 塩		
	おでん粉	さば			青のり粉 いわし削り粉 さば削り粉	かつおだし みりん 塩 しょうゆ		
	厚焼きたまご	卵 小麦 ごま 大豆	卵 あおのり	にんじん	砂糖 水あめ でんぷん		33.0	
	ほうれん草のごまあえ	ごま 小麦 大豆		ほうれん草 にんじん きやべつ もやし	ごま 砂糖	しょうゆ		
29木	ねこ型メープルパン	小麦 乳 大豆			メープルパン		819	コロケにはかつおフレークが入っています。かつおは焼津の自まんの食べ物です。
	牛乳	乳	牛乳					
	やいちゃんコロケ	小麦	かつおフレーク	玉ねぎ	じゃがいも パン粉 砂糖 油 小麦粉 米粉 春巻きの皮	塩		
	ゆでブロックリー(マヨネーズ)	マヨ(卵 大豆 りんご)		ブロックリー	マヨネーズ			
	かぶのポトフ	鶏 豚	鶏肉 ウインナー	かぶ 玉ねぎ にんじん きやべつ		コンソメスープ 塩 白ワイン こしょう	34.0	
	ぼんかん		ぼんかん					
30金	ごはん(梅干し)			うめ	米 水あめ	塩 酢 しそ梅酢	710	「日本で初めての給食」にちなんだメニューです。
	牛乳	乳	牛乳					
	鮭の塩焼き	さけ	鮭			塩		
	即席漬け	ごま 小麦		大根 きゅうり たくあん しょうが	ごま	塩		
	けんちん汁	大豆 ごま 小麦 さば	豆腐 油揚げ	こんにやく ごぼう にんじん 白ねぎ	さといも でんぷん ごま油	かつおの素 しょうゆ 塩 みりん	30.7	

焼津市には、じまんでできる食べ物がたくさんあります。1月には、特に覚えてほしい11個がすべて登場します！



焼津のじまんの食べ物	1月に登場する料理	焼津のじまんの食べ物	1月に登場する料理
かつお	・やいちゃんコロケ	ちくわ	・ちくわの南部あげ ・韓国風肉じゃが ・焼津おでん
さば	・さばの竜田揚げ	しらす	・しらすグラタン
かつおぶし	・おひたし	さくらえび	・さくらえびのかきあげ
なまりぶし	・飯缶なまりぶしごはん	トマト	・スパゲティペスカトーレ
黒はんぺん	・焼津おでん	なし	・なしゼリー
なると	・白玉ぞうに ・塩ラーメンスープ		

