






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		
28 金	ごはん				こめ		663	レバーもおいしく食べられるように味つけしています。
	牛乳	乳	牛乳					
	ユーリンチー	ごま 鶏 大豆 小麦	とりにく とりレバー	しろねぎ	でんぷん あぶら さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢 一味とうがらし		
	ゆかりあえ			キャベツ きゅうり		ゆかりこ		
31 月	ワンタンスープ	鶏 豚 大豆 小麦	ぶたにく みそ ベーコン	たまねぎ チンゲンサイ にんじん しょうが	こむぎこ でんぷん あぶら さとう	チンブイヨシ しょうゆ 酒 コンソメスープ 塩	24.5	
	ごはん(うめふりかけ)	(ごま 小麦 大豆)			こめ		682	ひりゅうずには野菜と魚のすり身、ひじきが入っています。
	牛乳	乳	牛乳					
	ひりゅうずのおろしだれかけ	大豆 小麦 乳 豚	ひじき 豆乳 すけそうだら	たまねぎ えだまめ にんじん だいこん しょうが	パンこ さとう でんぷん あぶら	しょうゆ みりん 塩		
だいずのいそに	小麦 大豆	だいず ひじき ちくわ	にんじん さやいんげん	さとう あぶら	しょうゆ みりん わふうだしの素	26.9		
1 火	みだくさんじる	鶏 大豆 さば	とりにく とうふ あぶらあげ みそ	にんじん ごぼう はねぎ	さといも	さばうすけずり かつおの素		
	ミルクパン	小麦 乳 大豆			パン		643	やいちゃんランチの日です。
	牛乳	乳	牛乳					
	かつおフライ	小麦 大豆	かつお		でんぷん こむぎこ パンこ あぶら	塩		
キャベツとしらすのソテー	鶏 豚	しらすぼし	キャベツ もやし にんじん	あぶら	塩 コンソメスープ こしょう			
2 水	なしいりフルーツポンチ	もも りんご 大豆	かんてん 豆乳	なし おうとう缶 みかん缶 パイ缶 あまなつみかん缶	さとう 白玉だんご 水あめ	白ワイン レモン果汁 香料 もも果汁 りんご果汁	22.7	
	ごはん				こめ		626	あさり、えび、いか、ほたてが入ったシーフードカレーです。
	牛乳	乳	牛乳					
	シーフードカレー	小麦 乳 りんご 豚 鶏 大豆 えび いか	ぶたにく あさり チーズ えび いか ほたて	たまねぎ にんじん セロリー にんにく しょうが	じゃがいも あぶら	カレーフレーク チャツネ アップルビューラー こしょう ちゅうのうソース スープストック		
にたまご	卵	たまご			塩			
3 木	くきわかめのサラダ (あおじそドレッシング)	ドレ(小麦 大豆)	くきわかめ	キャベツ にんじん		塩 こしょう あおじそドレッシング	25.2	
	ココアパン	小麦 乳 大豆			パン	ココア	625	サラダにドレッシングとクルトンを混ぜて食べましょう。
	牛乳	乳	牛乳					
	とりにくのマーマレードやき	鶏 小麦 大豆	とりにく		さとう マーマレード でんぷん	しょうゆ みりん レモン果汁 塩		
カラフルサラダ(クルトン) (イタリアンドレッシング)	クルトン(小麦 大豆) ドレ(大豆 りんご 小麦 豚 鶏 乳)		キャベツ きゅうり 赤パプリカ 黄パプリカ	クルトン イタリアンドレッシング				
4 金	たまごスープ	卵 豚 鶏 大豆 小麦	ベーコン たまご	たまねぎ にんじん ほうれんそう	でんぷん	チンブイヨシ しょうゆ スープストック 塩 こしょう	29.1	
	ごはん				こめ		618	いわしにでんぷんをつけたものを揚げて、たれをかけた。
	牛乳	乳	牛乳					
	いわしのかばやき	大豆 小麦	いわし		でんぷん あぶら さとう	しょうゆ 酒 みりん		
そくせきづけ	ごま 大豆		キャベツ きゅうり たくあんづけ しょうが	ごま				
7 月	のっぺいじる	大豆 小麦 鶏 さば	とりにく あぶらあげ	こんにやく だいこん にんじん しろねぎ	さといも でんぷん	しょうゆ かつおの素 さばうすけずり 酒 塩	24.3	
	ロールパン	小麦 乳 大豆			パン		641	野菜がたっぷり食べられるカレー味のスープ煮です。
	牛乳	乳	牛乳					
	フランクフルト	豚	ぶたにく		さとう あぶら	塩 トマトケチャップ 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(大豆 りんご 卵)		キャベツ きゅうり とうもろこし	マカロニ マヨネーズ	塩 こしょう			
8 火	やさしいカレースープに	小麦 乳 豚 鶏 りんご 大豆	ぶたにく	たまねぎ にんじん にんにく パセリ	じゃがいも	カレーフレーク カレー粉 塩 チンブイヨシ こしょう スープストック	24.9	
	ごはん				こめ		670	黒石小学校のリクエスト献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	くろはんぺんフライ	大豆 さば 小麦	くろはんぺん		パンこ こむぎこ でんぷん あぶら			
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	さとう	しょうゆ みりん			
9 水	とんじる	大豆 豚 さば	ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	たまねぎ だいこん ごぼう はねぎ		にぼし さばうすけずり	23.3	
	マーガリンパン	小麦 乳 大豆			パン マーガリン		635	小松菜とほうれん草を使ったサラダです。
	牛乳	乳	牛乳					
	パンブキンエッグ	卵 小麦 鶏 りんご 大豆	たまご とりにく	かぼちゃ	でんぷん あぶら さとう	酢 しょうゆ 塩 みりん		
あおなごまサラダ	ごま 大豆 小麦		こまつな ほうれんそう とうもろこし	ごま あぶら さとう	酢 しょうゆ 塩			
10 木	じゃがいものベーコンに	鶏 豚	とりにく ベーコン	たまねぎ キャベツ にんじん グリーンピース	じゃがいも	コンソメスープ 酒 塩 こしょう	23.2	
	はんかんさくらごはん	小麦 大豆			こめ	しょうゆ 酒	653	切り干し大根をキムチで味つけしました。
	牛乳	乳	牛乳					
	キャベツいりつくね	鶏 豚	とりにく かつおぶし	キャベツ しょうが	でんぷん さとう	塩		
きりぼしだいごんのキムチあえ	小麦 りんご 大豆 えび ごま		きゅうり もやし にんじん きりぼしだいごん	ごまあぶら	キムチの素 しょうゆ			
とうふのみそしる	大豆 さば	とうふ あぶらあげ みそ	えのきだけ こまつな		にぼし さばうすけずり	18.7		




○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		
11 金	ちゅうかめん 牛乳	小麦 乳	牛乳		めん		589	ラーメンスー プには具が たくさん入っ ています。
	しょうゆラーメンスープ	豚 卵 ごま 小麦 大豆 鶏	ぶたにく やきぶた わかめ なた	チンゲンサイ しろねぎ にんじん メンマ にんにく しょうが		しょうゆ ラーメンスूप 酒 チキンプイオン ちゅうかスーの素 オイスターソース		
	ポークしゅうまい	豚 鶏 小麦 大豆	ぶたにく とりにく だいた	たまねぎ しょうが にんにく	こむぎこ でんぶん さとう	チキンプイオン しょうゆ ほたて貝エキス 塩	28.9	
	キャベツサラダ あじつけこざかな	ごま 大豆 小麦	いわし	キャベツ こまつな とうもろこし	ごま さとう あぶら さとう	しょうゆ 酢		
14 月	くりごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ くり		717	和田小学校 のリクエスト 献立です。
	さんまのしおやき		さんま			塩		
	おひたし	小麦 大豆	かつおぶし	もやし ほうれんそう にんじん	さとう	しょうゆ	27.1	
	にくじゃが	小麦 大豆 豚	ぶたにく	たまねぎ こんにやく にんじん さやいんげん	じゃがいも さとう あぶら	しょうゆ みりん わふうだしの素		
15 火	ごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ		632	小川港でとれ たさばを使っ たコロッケで す。
	さばじゃがコロッケ	小麦 さば 大豆	さば		こむぎこ でんぶん	こしょう 塩		
	もやしのちゅうかいため	ごま 大豆 小麦	さつまあげ	もやし いら	ごま ごまあぶら	オイスターソース しょうゆ 塩 しょうゆ	23.2	
	えびだんごスープ きよほう	えび 小麦 大豆 卵 乳 鶏 ごま 豚	さくらえび サツパ いとより たまご	チンゲンサイ たまねぎ にんじん ほししいたけ	はるさめ でんぶん さとう	チキンプイオン しょうゆ 塩 ちゅうかスーの素 しょうゆ		
16 水	キャロットパン 牛乳	小麦 乳 大豆 乳	牛乳		パン		677	ごぼうサラダ はごぼうに下 味をつけてから 他の野菜と あえます。
	スコッチエッグ	卵 豚 小麦 ごま 大豆	たまご ぶたにく みそ	たまねぎ	パンこ あぶら さとう	塩 しょうゆ		
	ごぼうサラダ (ごまドレッシング)	大豆 小麦 ドレ(小麦 大豆 ごま)		ごぼう きゅうり にんじん えだまめ	さとう ごまドレッシング	しょうゆ みりん	25.0	
	コーンポタージュ	鶏 乳 小麦 大豆	牛乳	たまねぎ とうもろこし にんじん パセリ	生クリーム バター	ベジマルソース スープストック 塩 しょうゆ		
17 木	ごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ		643	きゅうりのご まじょうゆは さっぱりとし ていて人気の あるメ ニューです。
	かいせんパオズ	小麦 えび 大豆 豚	すけそうだら えび	たまねぎ しょうが	こむぎこ でんぶん さとう	しょうゆ 塩 しょうゆ		
	きゅうりのごまじょうゆ	ごま 大豆 小麦		きゅうり	ごま さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢 塩	22.2	
	マーボーはるさめ	ごま 鶏 豚 大豆 小麦	豚肉	たまねぎ キャベツ チンゲンサイ にんじん たけのこ はねぎ ほししいたけ しょうが	はるさめ でんぶん さとう あぶら ごまあぶら	オイスターソース しょうゆ 豆板醤 ちゅうかスーの素 塩		
18 金	ごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ		608	金平ごぼうに はさつまあげ が入っています 。
	カレーのからあげ	大豆 小麦	カレー	しょうが	でんぶん こむぎこ あぶら	しょうゆ みりん		
	きんぴらごぼう	小麦 大豆 豚 ごま	ぶたにく さつまあげ	ごぼう こんにやく にんじん さやいんげん	さとう あぶら ごまあぶら	しょうゆ みりん わふうだしの素	25.6	
	キャベツとくだんごの スープ	小麦 大豆 豚 鶏 ごま	ぶたにく とりにく	キャベツ たまねぎ しめじ	でんぶん パンこ 水あめ	チキンプイオン しょうゆ 塩 ちゅうかスーの素 しょうゆ		
24 木	ごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ		648	9/27の十五 夜にちなんだ 献立です。
	あじのこうじづけやき		あじ		こうじ	しお		
	アーモンドあえ	小麦 大豆		キャベツ ほうれんそう	アーモンド さとう	しょうゆ	29.1	
	つきなじる おつきみデザート	さば 鶏 卵 乳 卵 大豆	とりにく うずらたまご	だいこん こまつな にんじん	さといも しょうしんこ カスタークリーム さとう もちこ でんぶん	かつおの素 わふうだしの素 しょうゆ 塩		
25 金	ソフトめん 牛乳	小麦 乳	牛乳		めん		700	旬のさつまい もを大学芋に しました。
	ツナ入りミートソース	小麦 大豆 豚 鶏 乳	ぶたにく まぐろ みそ	たまねぎ にんじん トマト にんにく	あぶら	トマトケチャップ トマトピューレー スープストック ハヤシルウ 中濃ソース 赤ワイン しょうゆ		
	だいがくいも	ごま 大豆 小麦			さつまいも あぶら ごま さとう	しょうゆ 酢	26.2	
	ゆでやさい (たまねぎドレッシング)	ドレ(りんご 小麦 大豆 鶏)		キャベツ きゅうり にんじん	たまねぎドレッシング			
28 月	ごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ		624	ごはんの上 にピピンパ ナムルをの せて食べま しょう。
	ピピンパ	ごま 豚 小麦 大豆	ぶたにく	ぜんまい ほししいたけ にんにく	ごまあぶら さとう	しょうゆ みりん 酒 コチュジャン		
	やさいのナムル	ごま 小麦 大豆		もやし ほうれんそう にんじん	ごま ごまあぶら	しょうゆ	25.3	
	わかめスープ れいとーりんご	小麦 大豆 卵 鶏 豚 りんご	とうふ かまぼこ たまご わかめ	たけのこ にんじん はねぎ りんご	でんぶん	しょうゆ チキンプイオン コンソメスープ 塩		
29 火	せわりロールパン りんごジャム 牛乳	小麦 乳 大豆 りんご	りんご	りんご	パン さとう		669	大豆をたつぷ り使ったチリ コンカーンで す。
	いかドーナッツフライ	いか 卵 乳 大豆 小麦	いか たまご あおさ すけそうだら	たまねぎ	こむぎこ でんぶん さとう パンこ あぶら	塩		
	やさいソテー	鶏 豚 乳		キャベツ もやし とうもろこし	バター	塩 しょうゆ コンソメスープ	29.0	
	チリコンカーン	小麦 乳 豚 大豆	ぶたにく だいた	たまねぎ にんじん	あぶら	トマトケチャップ 中濃ソース ケチャップ 塩 しょうゆ 赤ワイン		
30 水	ごはん 牛乳	乳	牛乳		こめ		592	いそかあえ はゆでた野 菜にのりと しょうゆ、砂 糖で味つけを したあえ物で す。
	さばのみそに	さば 大豆	さば みそ	しょうが	さとう			
	いそかあえ	小麦 大豆	のり	ほうれんそう キャベツ にんじん	さとう	しょうゆ	23.6	
	けんちんじる	ごま 大豆 鶏 小麦 さば	とりにく とうふ	ごぼう ほししいたけ はねぎ	さといも でんぶん ごまあぶら	しょうゆ かつおの素 みりん 塩		