

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	ご飯				米		801	金平ごぼうにはさつまあげが入っています。
	牛乳	乳	牛乳					
	カレイのから揚げ	大豆 小麦	カレイ	しょうが	でんぷん 小麦粉 油	しょうゆ みりん		
	金平ごぼう	小麦 大豆 豚 ごま	豚肉 さつまあげ	ごぼう こんにやく にんじん さやいんげん	砂糖 油 ごま油	しょうゆ みりん わふうだしの素		
31 月	キャベツと肉団子のスープ	小麦 大豆 豚 鶏 ごま	豚肉 鶏肉	キャベツ たまねぎ しめじ	でんぷん パン粉 水あめ	チキンプイオン しょうゆ 塩 ちゅうかスープの素 こしょう	823	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。
	ご飯				米			
	牛乳	乳	牛乳					
	さばのみそ煮	さば 大豆	さば みそ	しょうが	砂糖			
1 火	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	砂糖	しょうゆ	31.2	やいちゃんランチの日です。
	けんちん汁	ごま 大豆 鶏 小麦 さば	鶏肉 豆腐	ごぼう ほししいたけ はねぎ	さといも でんぷん ごま油	しょうゆ かつおの素 みりん 塩		
	ミルクパン	小麦 乳 大豆			パン			
	牛乳	乳	牛乳					
2 水	かつおフライ	小麦 大豆	かつお		でんぷん 小麦粉 パン粉 油	塩	879	30.8
	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	油	塩 コンソメスープ こしょう		
	梨入りフルーツポンチ	もも りんご 大豆	寒天 豆乳	なし おとう缶 みかん缶 バイン缶 あまなつみかん缶	砂糖 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		
	飯缶さくらご飯	小麦 大豆			米	しょうゆ 酒		
3 木	牛乳	乳	牛乳				787	21.4
	キャベツ入りつくね	鶏 豚	鶏肉 かつおぶし	キャベツ しょうが	でんぷん 砂糖	塩		
	きりぼしだいこんのキムチあえ	小麦 りんご 大豆 えび ごま		きゅうり もやし にんじん きりぼしだいこん	ごま油	キムチの素 しょうゆ		
	豆腐のみそ汁	大豆 さば	豆腐 油揚げ みそ	えのきだけ こまつな		にぼし さばうすけずり		
4 金	ご飯				米		855	29.5
	牛乳	乳	牛乳					
	さばじゃがコロッケ	小麦 さば 大豆	さば		じゃがいも 油 パンこ 小麦粉 でんぷん	こしょう 塩		
	もやしの中華炒め	ごま 大豆 小麦	さつまあげ	もやし いら	ごま ごま油	オイスターソース しょうゆ 塩 こしょう		
7 月	えび団子スープ	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 でんぷん 砂糖	チキンプイオン しょうゆ 塩 ちゅうかスープの素 こしょう	895	28.7
	マーガリンパン	小麦 乳 大豆			パン マーガリン			
	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 鶏肉	かぼちゃ	でんぷん 油 砂糖	酢 しょうゆ 塩 みりん		
8 火	野菜のごまサラダ	ごま 大豆 小麦		こまつな ほうれんそう とうもろこし	ごま 油 砂糖	酢 しょうゆ 塩	843	27.0
	じゃがいものベーコン煮	鶏 豚	鶏肉 ベーコン	たまねぎ キャベツ にんじん グリンピース	じゃがいも	コンソメスープ 酒 塩 こしょう		
	ご飯				米			
	牛乳	乳	牛乳					
9 水	海鮮パオズ	小麦 えび 大豆 豚	すけそうだら えび	たまねぎ しょうが	小麦粉 でんぷん 砂糖	しょうゆ 塩 こしょう	782	33.7
	きゅうりのごまじょうゆ	ごま 大豆 小麦		きゅうり	ごま 砂糖 ごま油	しょうゆ 酢 塩		
	マーボー春雨	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	春雨 でんぷん 砂糖 油 ごま油	オイスターソース しょうゆ 豆板醤 ちゅうかスープの素 塩		
	ココアパン	小麦 乳 大豆			パン	ココア		
10 木	牛乳	乳	牛乳				840	27.4
	鶏肉のマーマレード焼き	鶏 小麦 大豆	鶏肉		砂糖 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			
	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	チキンプイオン しょうゆ スープストック 塩 こしょう		
9 水	ご飯				米		840	27.4
	牛乳	乳	牛乳					
	黒はんぺんフライ	大豆 さば 小麦	黒はんぺん		パン粉 小麦粉 でんぷん 油			
	ひじきサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 (ごまドレ 小麦 大豆)	ひじき	たけのこ にんじん えだまめ	砂糖	しょうゆ みりん		
10 木	豚汁	大豆 豚 さば	豚肉 豆腐 油揚げ 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	734	34.5
	中華めん	小麦			めん			
	牛乳	乳	牛乳					
	しょうゆラーメンスープ	豚 卵 ごま 小麦 大豆 鶏	豚肉 焼き豚 わかめ なると	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ープ 酒 チキンプイオン ちゅうかスープの素 オイスターソース		
10 木	ポークしゅうまい	豚 鶏 小麦 大豆	豚肉 鶏肉 大豆	たまねぎ しょうが にんにく	小麦粉 でんぷん 砂糖	チキンプイオン しょうゆ ぼたて貝エキス 塩	34.5	味つけ小魚
	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	ごま 砂糖 油	しょうゆ 酢		

○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。

平成27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) 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	栗ご飯 牛乳	乳	牛乳		米 くり		927 和田小学校 のリクエスト 献立です。	
	さんまの塩焼き		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	砂糖	しょうゆ		
	肉じゃが	小麦 大豆 豚	豚肉	たまねぎ こんにやく にんじん さやいんげん	じゃがいも 砂糖 油	しょうゆ みりん わふうだしの素		
15 火	ご飯 牛乳	乳	牛乳		米		879 レバーもおい しく食べられ るように味つ けています。 30.3	
	ユーリンチー	ごま 鶏 大豆 小麦	鶏肉 鶏レバー	しろねぎ	でんぷん 油 砂糖 ごま油	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		
	ワンタンスープ	鶏 豚 大豆 小麦	豚肉 みそ ベーコン	たまねぎ チンゲンサイ にんじん しょうが	小麦粉 でんぷん 油 砂糖	チキンブイヨン しょうゆ 酒 コンソメスープ 塩		
16 水	ご飯 牛乳	乳	牛乳		米		821 ごはんの上 にピビンパ ナムルをの せて食べま しょう。 31.6	
	ピビンパ	ごま 豚 小麦 大豆	豚肉	ぜんまい ほししいたけ にんにく	ごま油 砂糖	しょうゆ みりん 酒 チヂミ		
	野菜のナムル	ごま 小麦 大豆		もやし ほうれんそう にんじん	ごま ごま油	しょうゆ		
	わかめスープ	小麦 大豆 卵 鶏 豚	豆腐 かまぼこ たまご わかめ	たけのこ にんじん はねぎ	でんぷん	しょうゆ チキンブイヨン コンソメスープ 塩		
17 木	冷凍りんご	りんご		りんご			881 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。 31.6	
	キャラットパン 牛乳	小麦 乳 大豆	牛乳	にんじん	パン			
	スコッチエッグ	卵 豚 小麦 ごま 大豆	たまご 豚肉 みそ	たまねぎ	パン粉 油 砂糖	塩 こしょう		
	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	砂糖 ごまドレッシング	しょうゆ みりん		
18 金	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	ベジナルソース スープストック 塩 こしょう	868 ひりゅうず には野菜と魚 のすり身、魚 のじきが入っ ています。 31.9	
	ご飯(うめふりかけ) 牛乳	(ごま 小麦 大豆) 乳	牛乳		米			
	ひりゅうずの おろしたれがけ	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	パン粉 砂糖 でんぷん 油	しょうゆ みりん 塩		
	大豆の磯煮	小麦 大豆	大豆 ひじき ちくわ	にんじん さやいんげん	砂糖 油	しょうゆ みりん わふうだしの素		
24 木	実だくさん汁	鶏 大豆 さば	鶏肉 豆腐 油揚げ 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	870 旬のさつまい もを大学芋に しました。 32.0	
	ソフトめん 牛乳	小麦 乳	牛乳		めん			
	ツナ入りミートソース	小麦 大豆 豚 鶏 乳	豚肉 まぐろ みそ	たまねぎ にんじん トマト にんにく	油	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 こしょう		
	大学芋	ごま 大豆 小麦			さつまいも 油 ごま 砂糖	しょうゆ 酢		
25 金	ゆで野菜 (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		834 9/27の十五 夜にちなんだ 献立です。 35.3	
	ご飯 牛乳	乳	牛乳		米			
	あじのこうじ漬け焼き		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 砂糖	しょうゆ		
28 月	月菜汁	さば 鶏 卵	鶏肉 うずらたまご	だいこん こまつな にんじん	さといも 上新粉 カスタークリーム 砂糖 もちこ でんぷん	かつおの素 わふうだしの素 しょうゆ 塩	810 あさり、えび、 いか、ほたて が入ったシー フードカレー です。 29.7	
	お月見デザート	乳 卵 大豆						
	ご飯 牛乳	乳	牛乳		米			
	シーフードカレー	小麦 乳 りんご 豚 鶏 大豆 えび いか	豚肉 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 油	カレーフレーク チャツネ アップルピューレー こしょう ちゅうのうソース スープストック		
29 火	煮卵	卵	たまご			塩	835 大豆をたっぷ り使ったチリ コンカーンで す。 35.2	
	茎わかめのサラダ (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		
	背割りロールパン りんごジャム	小麦 乳 大豆 りんご	りんご		パン 砂糖			
	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	小麦粉 でんぷん 砂糖 パン粉 油	塩		
30 水	野菜ソテー	鶏 豚 乳		キャベツ もやし とうもろこし	バター	塩 こしょう コンソメスープ	821 いわしにでん ぷんをつけた ものを揚げ て、たれをか けました。 29.8	
	チリコンカーン	小麦 乳 豚 大豆	豚肉 大豆	たまねぎ にんじん	油	トマトケチャップ 中濃ソース チリソース 塩 こしょう 赤ワイン		
	ご飯 牛乳	乳	牛乳		米			
	いわしの蒲焼き	大豆 小麦	いわし		でんぷん 油 砂糖	しょうゆ 酒 みりん		
即席漬け	ごま 大豆		キャベツ きゅうり たくあんづけ しょうが	ごま				
のっぺい汁	大豆 小麦 鶏 さば	鶏肉 油揚げ	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			