












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			
1 水	ごはん				こめ		655	桜えびは日本 では駿河 湾でだけとれ ます。	
	牛乳	乳	牛乳						
	さくらえびしゅうまい 	えび 小麦 大豆 豚	すけそうだら さくらえび	たまねぎ	こむぎこ でんぶん あぶら さとう	ホタテエキス 塩			
	ごぼうサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 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			24.3
2 木	なまあげのちゅうかに 	大豆 豚 えび 小麦 鶏 ごま	なまあげ ぶたにく えび	チンゲンサイ たけのこ にんじん さやいんげん ほししいたけ にんにく	さとう でんぶん	しょうゆ オイスターソース こしょう 中華スープの素	622	菜飯を井によ そって食べま す。	
	はんかんなめし	大豆		あおな	こめ	塩			
	牛乳	乳	牛乳						
	あつやきたまご	卵 小麦 大豆	たまご		さとう でんぶん	みりん しょうゆ 塩 昆布だし 鰯だし 鰹だし			21.4
3 金	だいちのいそに 	大豆 小麦	だいち ひじき ちくわ	にんじん こんにやく さやいんげん	さとう あぶら	しょうゆ みりん 和風だしの素	628	フランフルトをパンには さんで食べま す。	
	せわりロールパン	小麦 乳 大豆			パン				
	牛乳	乳	牛乳						
	フランクフルト	豚	ぶたにく		さとう	ドマドクチャップ ちゅうのうソ ース あかワイン 塩 こしょう			25.8
6 月	やさいソテー	乳 鶏 豚		キャベツ こまつな とうもろこし	バター	塩 こしょう コンソメスープ	669	しらすのかき 揚げは一つ 一つ手作り です。	
	ごはん				こめ				
	牛乳	乳	牛乳						
	おやこに 	卵 鶏 大豆 小麦	とりにく こおり豆腐 ちくわ たまご	たまねぎ たけのこ にんじん ほししいたけ	さとう	しょうゆ 酒 和風だしの素			27.7
7 火	しらすのかきあげ 	乳 小麦 えび かに	ちりめんじゃこ 牛乳	たまねぎ ごぼう はねぎ にんじん	こむぎこ でんぶん あぶら	塩	608	あじは今が 旬の魚です。	
	ごはん				こめ				
	牛乳	乳	牛乳						
	あじのこうじづけやき 		あじ		こうじ さとう	塩 みりん			28.1
8 水	きんぴらごぼう 	豚 大豆 小麦 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 和風だしの素	637	ちゃんぽんメン ンスープには たくさんの具 が入ります。	
	ごはん				こめ				
	牛乳	乳	牛乳						
	とうふのみそしる	大豆 さば	とうふ あぶらあげ みそ	こまつな えのきたけ		にぼし さばうすけずり			26.5
9 木	ちゅうかめん	小麦			ちゅうかめん		599	いわしはさっ ぱりと梅味で 煮ています。	
	牛乳	乳	牛乳						
	ちゃんぽんめんスープ 	豚 えび 鶏 大豆 ごま 小麦	ぶたにく なたく えび	キャベツ にんじん しろねぎ とうもろこし チンゲンサイ ほししいたけ メンマ しょうが にんにく	あぶら ごまあぶら でんぶん	とんこつラーメンスープ 酒 塩 こしょう 中華スープの素			26.1
	ぎょうざ	鶏 豚 卵 ごま 大豆 小麦 乳	とりにく ぶたにく たまご	キャベツ たまねぎ なら	こむぎこ あぶら ごまあぶら でんぶん もちこめこ さとう	塩 酒 オイスターソース しょうゆ			26.5
10 金	ひじきサラダ (ごまドレッシング)	大豆 小麦 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	しょうゆ みりん	609	ラビオリはお 肉と玉ねぎな どの具を包ん だパスタのな かまです。	
	ごはん				こめ				
	牛乳	乳	牛乳						
	いわしのうめに 	小麦 大豆	いわし	うめ	さとう でんぶん	しょうゆ 発酵調味料 塩			25.9
13 月	あさづけ	ごま	こんぶ	キャベツ きゅうり	ごま	塩	628	焼津南小学 校のリクエ スト献立です。	
	けんちんじる	鶏 大豆 ごま さば 小麦	とりにく とうふ	だいこん ごぼう にんじん ほししいたけ はねぎ	でんぶん ごまあぶら	かつおの素 しょうゆ みりん 塩			22.5
	ももゼリー	もも		もも	さとう				
	ロールパン	小麦 乳 大豆			パン				
14 火	チキンナゲット	小麦 乳 大豆 鶏	とりにく 脱脂粉乳		こむぎこ でんぶん あぶら	塩 チキンコンソメ しょうゆ 香辛料	692	やいちゃん のイラストが ついたコロッケ です。	
	牛乳	乳	牛乳						
	くろはんべんのおちやフライ 	さば 大豆 小麦	くろはんべん		こむぎこ でんぶん パンこ あぶら	おちや			27.4
	きゅうりのなんばんづけ	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 一味唐辛子			
14 火	とんじる	豚 大豆 さば	ぶたにく あぶらあげ とうふ みそ	たまねぎ だいこん にんじん はねぎ		にぼし さばうすけずり	27.4	やいちゃん のイラストが ついたコロッケ です。	
	せわりロールパン(みかんジャム)	小麦 乳 大豆			パン みかんジャム				
	牛乳	乳	牛乳						
	とりにく&だいちの クリームに	鶏 大豆 小麦 乳	とりにく だいち 牛乳 とうにゅう	たまねぎ にんじん グリンピース しめじ	ニョッキ(こむぎこ じゃがいも) なまクリーム あぶら	ペシャメルソース 塩 こしょう スープストック			
やいちゃんコロッケ 	小麦	かつお	たまねぎ	じゃがいも パンこ あぶら さとう こむぎこ こめこ 春巻きの皮	塩 ブイオン 香辛料				
キャベツサラダ	大豆 小麦 ごま		キャベツ こまつな とうもろこし	ごま さとう あぶら	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 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28年 6月 学校給食献立表 北棟3



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		
15 水	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	※さばのカレーあげ トマトソースがけ	さば 大豆 小麦 鶏 豚	さば	トマト ビーマン たくあん	でんぶん さとう あぶら	ちゅうのうソース コンソメスープ トマトケチャップ しょうゆ みりん カレーこ	615	※親子でつくる 学校給食メ ニューコークル 「教育長賞」 を受賞した料 理です。
	こまつなともやしののりあえ	ごま 大豆 小麦	のり	こまつな もやし にんじん	ごま さとう	しょうゆ 酢	25.8	
のっぺいじる	鶏 大豆 さば 小麦	とりにく あぶらあげ	だいこん にんじん はねぎ こんにゃく	でんぶん	かつおの素 さばうすけずり しょうゆ 酒 塩			
16 木	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	かつおそばろどんぶりのぐ	小麦 大豆 卵	かつお たまご	しょうが	さとう	しょうゆ 酒 塩	601	焼津で水揚 げされたかつ おを使ってい ます。
	そくせきづけ	大豆 ごま		キャベツ きゅうり たくあん	ごま			
	はるさめスープ	豚 大豆 小麦 鶏 ごま	ぶたにく とうふ	たまねぎ チンゲンサイ にんじん	はるさめ	塩 しょうゆ 中華スープの素 こしょう チキンブイヨン	30.8	
なしゼリー			なしピューレー	さとう				
まつちやマーガリンパン	小麦 乳 大豆			まつちやマーガリンパン				
17 金	牛乳	乳	牛乳					
	しらすいりグラタン	乳 小麦 大豆 鶏 豚	とうにゅう しらす	たまねぎ	マカロニ パンこ あぶら さとう	しょうゆ 塩 香辛料	635	しらすは焼津 の自まんの 食べものひと つです。今が 旬です。
	ペスカトーレ	豚 えび いか 小麦 鶏	ベーコン えび いか ほたて	たまねぎ トマト にんにく	スパゲティ あぶら	こしょう トマトケチャップ トマトピューレー ちゅうのうソース しろうワイン コンソメスープ 塩	25.9	
	とりにくとやさいのスープ	鶏 小麦 大豆	とりにく	だいこん たまねぎ にんじん パセリ		スープストック しょうゆ 塩 こしょう		
ごはん				こめ				
20 月	牛乳	乳	牛乳					
	ハンバーグの おろしソースがけ	鶏 大豆 豚 小麦	とりにく ぶたにく	だいこん しょうが たまねぎ	パンこ さとう でんぶん	しょうゆ みりん 塩 トマトケチャップ	608	いわしの団 子は焼津市 で作られてい ます。
	エリンギとやさいのソテー	乳 鶏 豚		キャベツ もやし エリンギ とうもろこし	バター	塩 こしょう コンソメスープ	25.4	
いわしのだんごじる	大豆 小麦 さば	いわし	だいこん こんにゃく ごぼう にんじん しろねぎ しょうが	でんぶん	かつおの素 しょうゆ 塩			
21 火	はんかんごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	なまりぶしカレー	小麦 乳 りんご 豚 大豆	かつお	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	アップルピューレー こしょう ちゅうのうソース カレーフレーク スープストック チャツネ 塩	678	やいちゃん ランチの日で す。 
	だいちとさくらえびのあげに	小麦 大豆 えび ごま	だいち さくらえび にぼし		でんぶん ごま あぶら さとう	しょうゆ みりん	27.1	
おひたし	小麦 大豆	かつおぶし	もやし ほうれんそう		しょうゆ みりん			
ごはん				こめ				
23 木	牛乳	乳	牛乳					
	しろみざかなフライ	小麦 大豆	ホキ		あぶら パンこ こむぎこ でんぶん	塩 こしょう	647	ゆでたキャベ ツときゅうり をゆかりで和 えてあります。
	ゆかりあえ			キャベツ きゅうり		ゆかりこ 塩	22.9	
にくじゃが	豚 大豆 小麦	ぶたにく	たまねぎ こんにゃく 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 和風だし			
24 金	バーガーパン	小麦 乳 大豆			パン			
	牛乳	乳	牛乳					
	メンチカツ	卵 乳 小麦 鶏 大豆 豚 ゼラチン	とりにく ぶたにく たまご 脱脂粉乳	たまねぎ	あぶら パンこ こむぎこ でんぶん さとう	しょうゆ 塩 香辛料	583	港中学校の リクエスト献 立です。
	かいそうサラダ (たまねぎドレッシング)	ドレ(大豆 りんご 小麦 鶏)	かいそう	キャベツ きゅうり	たまねぎドレッシング		24.0	
ミネストローネ	豚 大豆 鶏 豚 小麦	ベーコン だいち ぶたにく	たまねぎ にんじん トマト パセリ	マカロニ	塩 こしょう コンソメスープ			
ごはん				こめ				
27 月	牛乳	乳	牛乳					
	チンジャオロース	豚 小麦 大豆	ぶたにく	たけのこ ビーマン ほししいたけ しょうが	さとう あぶら でんぶん	しょうゆ みりん オイスターソース	606	みそ汁は煮 干しとさば節 でだしをとっ ています。
	きりほしだいこんのキムチあえ	大豆 小麦 ごま りんご えび		きゅうり もやし きりほしだいこん	ごまあぶら	キムチのもと しょうゆ		
	ちゅうかふうコンソメスープ	卵 豚 ごま 鶏 小麦 大豆	ベーコン たまご	たまねぎ チンゲンサイ とうもろこし にんじん	でんぶん ごまあぶら	塩 こしょう スープストック チキンブイヨン	21.7	
	キウイフルーツ	キウイフルーツ		キウイフルーツ				
ごはん				こめ				
28 火	牛乳	乳	牛乳					
	にくだんごの あまずあんかけ	豚 鶏 小麦	ぶたにく とりにく	たまねぎ	さとう でんぶん パンこ	しょうゆ 酢 塩 香辛料	627	かぼちゃはこ れからがおい しい季節で す。
	かぼちゃサラダ (マヨネーズ)	大豆 マヨ(大豆 りんご 卵)		かぼちゃ きゅうり えだまめ	マヨネーズ	塩 こしょう	24.4	
やさいとウィンナーの スープ	豚 鶏	ウィンナー	たまねぎ キャベツ にんじん		塩 こしょう コンソメスープ チキンブイヨン			
29 水	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	レバーいりユーリンチー	大豆 小麦 鶏 ごま	とりにく とりレバー	しろねぎ しょうが	でんぶん あぶら ごまあぶら さとう	一味唐辛子 しょうゆ 酢	660	鉄分がたっ ぷりのレバ ーが入ったユ ーリンチーで す。
	ナムル	小麦 大豆 ごま		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	
ワンタンスープ	小麦 大豆 豚 鶏 ごま	ぶたにく みそ	たけのこ たまねぎ にんじん なら しょうが	こむぎこ あぶら でんぶん さとう	塩 しょうゆ 中華スープの素 チキンブイヨン 香辛料			
ごはん				こめ				
30 木	牛乳	乳	牛乳					
	ソフトめん	小麦			ソフトめん			
	牛乳	乳	牛乳					
	ミートソース	豚 大豆 小麦 乳 鶏	ぶたにく みそ	たまねぎ にんじん にんにく	さとう あぶら	トマトピューレー トマトケチャップ スープストック あかワイン ハヤシルウ ベンヤメルソース こしょう ちゅうのうソース	672	手作りのド レッシングで 和えます。 
ツナオムレツ	卵 大豆 乳 ゼラチン 小麦	たまご まぐろ	たまねぎ	さとう あぶら マヨネーズ	しょうゆ 塩 酢	28.0		
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	しょうゆ 酢 塩			
ごはん				こめ				