



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	ココアパン	小麦 乳 大豆			ココアパン		851	かぼちゃはこれからがおいしい季節です。
	肉団子の甘酢あんかけ	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		
	かぼちゃサラダ(マヨネーズ)	大豆(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	32.3	
	野菜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		
2 木	ご飯				こめ		874	鉄分がたっぷりのレバーが入ったユウリンチーです。
	牛乳	乳	牛乳					
	レバー入りユウリンチー	大豆 小麦 鶏 小麦	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	31.7	
	ナムル	小麦 大豆 小麦		もやし ほうれんそう にんじん	ごま ごまあぶら	しょうゆ		
3 金	ワンタンスープ	小麦 大豆 豚 鶏 小麦	ぶたにく みそ	たけのこ たまねぎ にんじん 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	785	いわしはさっぱりと梅味で煮ています。
	ご飯				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	いわしの梅煮	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		
	浅漬け	小麦 大豆	こんぶ	キャベツ きゅうり	ごま	塩		
6 月	けんちん汁	鶏 大豆 小麦	とりにく とうふ	だいこん ごぼう にんじん ほうししいたけ ねぎ	でんぶん ごまあぶら	かつおの素 しょうゆ みりん 塩	32.3	※親子でつくる学校給食メニュー「教育長賞」を受賞した料理です。
	ももゼリー	もも		もも	さとう			
	ご飯				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	※鯖のカレー揚げ トマトソースがけ	さば 大豆 小麦 鶏 豚	さば	トマト ピーマン 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		
7 火	小松菜ともやしのりあえ	小麦 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	815	※親子でつくる学校給食メニュー「教育長賞」を受賞した料理です。
	のっぺい汁	鶏 大豆 さば 小麦	とりにく あぶらあげ	だいこん にんじん ほうししいたけ 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		
	背割りロールパン	小麦 乳 大豆			パン			
	牛乳	乳	牛乳					
8 水	フランフルト	豚	ぶたにく		さとう	トマトケチャップ ちゅうのうソース あかワイン 塩 こしょう	820	フランフルトをパンにはさんで食べます。
	野菜ソテー	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		
	クラムチャウダー	豚 乳 小麦 大豆 鶏	ベーコン あさり 牛乳	たまねぎ にんじん	じゃがいも なまクリーム あぶら	ベシメルソース 塩 こしょう コンソメスープ		
	飯缶菜飯	大豆		あおな	こめ	塩		
9 木	牛乳	乳	牛乳				828	菜飯を井によそって食べます。
	厚焼き卵	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 鰹だし 鰹だし		
	大豆の磯煮	大豆 小麦	だいず ひじき ちくわ	にんじん こんにゃく さやいんげん	さとう あぶら	しょうゆ みりん 和風だし		
	じゃがいものみそ汁	大豆 さば	あぶらあげ みそ	だいこん たまねぎ こまつな	じゃがいも	にぼし さばうすけずり		
10 金	中華めん	小麦			ちゅうかめん		805	ちゃんぽんメニューにはたくさんの具が入ります。
	牛乳	乳	牛乳					
	ちゃんぽんめんスープ	豚 えび 鶏 大豆 小麦	ぶたにく なると 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 ほうししいたけ 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		
	ぎょうざ	鶏 豚 卵 小麦 大豆	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		
11 土	ひじきサラダ(ごまドレッシング)	大豆 小麦 小麦 大豆 小麦	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	33.3	みそ汁は煮干しとさば節でだしをとっています。
	ご飯				こめ			
	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 ピーマン ほうししいたけ 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		
12 日	切り干し大根のキムチあえ	大豆 小麦 小麦 りんご えび		きゅうり もやし きりぼしだいこん	ごまあぶら	キムチのもと しょうゆ	26.6	
	中華風コンソメスープ	卵 豚 小麦 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		
	キウイフルーツ	キウイフルーツ		キウイフルーツ				
	ご飯				こめ			
13 月	牛乳	乳	牛乳				795	焼津で水揚げされたかつおを使っています。
	かつおそぼろ丼の具	小麦 大豆 卵	かつお たまご	しょうが	さとう	しょうゆ 酒 塩		
	即席漬け	大豆 小麦		キャベツ きゅうり たくあん	ごま			
	春雨スープ	豚 小麦 鶏 小麦	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		
14 火	梨ゼリー			なしピューレー	さとう		38.6	
	ご飯				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	なまり節カレー	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		
15 水	大豆と桜えびの揚げ煮	小麦 大豆 えび 小麦	だいず 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	910	やいちゃんランチの日です。
	お浸し	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		

○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 ぜらチン 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 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		
15 水	抹茶マーガリンパン	小麦 乳 大豆			まっちゃんマーガリンパン		847	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。
	牛乳	乳	牛乳					
	しらす入りグラタン	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		
	ベスカトーレ	豚 えび いか 小麦 鶏	ベーコン えび いか ぼたて	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 しろワイン コンソメスープ 塩	33.2	
	鶏肉と野菜のスープ	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			
16 木	さくらご飯				こめ		816	焼津南小学 校のリクエスト 献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	黒はんぺんのお茶フライ	さば 大豆 小麦	くろはんぺん		こむぎこ でんぶん パンこ あぶら	おちゃ		
	きゅうりの南蛮漬け	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	27.7	
	豚汁	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		
17 金	ご飯				こめ		876	桜えびは日本 では駿河湾 でだけとれ ます。
	牛乳	乳	牛乳					
	桜えびしゅうまい	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	30.9	
	生揚げの中華煮	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		
20 月	背割りロールパン(みかんジャム)	小麦 乳 大豆			パン みかんジャム		891	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					
	鶏肉と大豆のクリーム煮	鶏 大豆 小麦 乳	とりにく だいず 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	ベシヤメルソース 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	34.6	
	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		
21 火	ご飯				こめ		817	いわしの団 子は焼津市 で作られてい ます。
	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		
	エリンギと野菜のソテー	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	32.0	
	いわしの団子汁	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		
23 木	バーガーパン	小麦 乳 大豆			パン		767	港中学校の リクエスト 献立です。
	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		
	海藻サラダ(和風玉ねぎドレッシング)	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		30.8	
	ミネストローネ	豚 大豆 鶏 豚 小麦	ベーコン だいず 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		
24 金	ご飯				こめ		849	ゆでたキャベ ツときゅうり をゆかりで和 えてあります。
	牛乳	乳	牛乳					
	白身魚フライ	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		
	ゆかりあえ			キャベツ きゅうり		ゆかりこ 塩	28.8	
	肉じゃが	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 和風だしの素		
27 月	ロールパン	小麦 乳 大豆			パン		807	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。
	牛乳	乳	牛乳					
	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		
	ゆで野菜(イタリアンドレッシング)	ドレ(大豆 りんご 小麦 豚 鶏 乳)		キャベツ きゅうり にんじん	イタリアンドレッシング		34.2	
	ラビオリスープ	小麦 大豆 鶏 豚	ベーコン とりにく ぶたにく	チンゲンサイ たまねぎ とうもろこし	こむぎこ パンこ さとう	塩  こしょう コンソメスープ チキンブイオン		
	かたぬきチーズ	乳	チーズ					
28 火	ご飯				こめ		881	しらすのかき 揚げは一つ 一つ手作り です。
	牛乳	乳	牛乳					
	親子煮	卵 鶏 大豆 小麦	とりにく こおりとうふ 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		
	しらすのかき揚げ	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	34.4	
	キャベツとツナソテー	鶏 豚	まぐろ	キャベツ とうもろこし	あぶら	塩  こしょう コンソメスープ		
29 水	ソフトめん	小麦			ソフトめん		833	手作りのド レッシングで 和えます。
	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 ハヤシルー ベシヤメルソース こしょう ちゅうのうソース		
	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	34.5	
	青菜のごまサラダ	ごま 大豆 小麦		こまつな ほうれんそう とうもろこし	ごま あぶら さとう	しょうゆ 酢 塩		
30 木	ごはん				こめ		800	あじは今が 旬の魚です。
	牛乳	乳	牛乳					
	鱈のこうじ漬け焼き		あじ		こうじ さとう	塩 みりん		
	金平ごぼう	豚 大豆 小麦 ごま	ぶたにく さつまあげ	ごぼう こんにゃく 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	34.6	
	豆腐のみそ汁	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		