

# 平成29年10月 学校給食献立表 南棟1

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		
2月	バーガーパン	小麦 乳 大豆			パン		595	白身魚フライとタルタルソースをパンにはさんで食べましょう。
	牛乳	乳	牛乳					
	しるみざかなフライ	小麦	ホキ		パンこ こむぎこ でんぶん あぶら	塩 こしょう		
	ゆでやさい			キャベツ きゅうり にんじん	さとう あぶら	す 塩		
	とりにくとやさいのスープに	鶏 大豆 小麦	とりにく	たまねぎ にんじん だいこん パセリ		スープストック しょうゆ 塩 こしょう		
3火	タルタルソース	大豆 卵 小麦	たまご	ビクルス たまねぎ	あぶら	す	25.9	
	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	うさぎがたハンバーグ	鶏 豚 大豆	とりにく ぶたにく	たまねぎ しょうが	さとう	塩 香辛料		
	そくせきづけ	小麦		キャベツ たくあんづけ しょうが				
4水	つきなじる	卵 さば 小麦 大豆	うずらたまご かまぼこ	こまつな だいこん にんじん	さといも	かつおの素 わふうだしの素 塩 しょうゆ	21.3	10月4日は十五夜です。お月見にちなんだ献立です。
	おつきみデザート			みかん ぶどう かんてん	みずあめ さとう			
	アップルパン	小麦 乳 大豆 りんご		りんご	パン			
	牛乳	乳	牛乳					
	とりのマーメレードやき	鶏 大豆 小麦	とりにく	レモン	さとう マーメレード でんぶん	みりん しょうゆ 塩 香辛料		
5木	ごはん						609	大富中学校のリクエスト献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	とりのマーメレードやき	鶏 大豆 小麦	とりにく	レモン	さとう マーメレード でんぶん	みりん しょうゆ 塩 香辛料		
	ごぼうサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 (ごまドレッシング)		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	みりん しょうゆ		
	ポトフ	豚 鶏	ウインナー	たまねぎ にんじん だいこん さやいんげん	じゃがいも	コンソメスープ さけ 塩 こしょう		
6金	ごはん						27.1	
	牛乳	乳	牛乳					
	ぶたにくとキムチのいためもの	豚 りんご 小麦 大豆 さば ごま	ぶたにく	はくさいキムチ はくさい いら	ごまあぶら	しょうゆ トウバンジャン		
	あさづけ	小麦 大豆	こんぶ	キャベツ きゅうり にんじん		塩		
	さといものみそしる	大豆 さば	あぶらあげ みそ	だいこん にんじん はねぎ	さといも	にぼし さばうすけずり		
7土	はんかんごはん						570	豚肉とキムチの炒め物はごはんがすすむおかずです。
	牛乳	乳	牛乳					
	チキンカレー	鶏 小麦 乳 りんご 大豆	とりにく チーズ	にんじん たまねぎ にんにく しょうが	じゃがいも あぶら	中濃ソース こしょう チョコネ カレーフレーク スープストック		
	にたまご	卵 小麦 大豆	たまご			かつおこんぶだし しょうゆ みりん		
	キャベツサラダ	小麦 大豆		キャベツ こまつな にんじん	さとう あぶら	しょうゆ す 塩		
8日	ごはん						23.2	
	牛乳	乳	牛乳					
	ミルクパン	小麦 乳 大豆	牛乳		パン			
	牛乳	乳	牛乳					
	メンチカツ	豚 小麦 大豆	ぶたにく	たまねぎ	パンこ こむぎこ さとう あぶら	塩 香辛料		
9月	きわかめサラダ (ハンパソードレッシング)	ドレ(小麦 大豆 鶏 ごま 豚 ゼラチン)	きわかめ	キャベツ にんじん	ハンパソードレッシング	ほたてエキス	622	茎わかめは、コリコリとした歯ごたえが特徴です。
	やさいスープ	豚 小麦 大豆 鶏	ベーコン	たまねぎ ほうれんそう にんじん とうもろこし		しょうゆ コンソメスープ 塩 チキンブイオン		
	ごはん							
	牛乳	乳	牛乳					
	あじのカレーやき	小麦 大豆	あじ		さとう	しょうゆ カレーこ		
10月	さつまいもサラダ (マヨネーズ)	マヨ(大豆 りんご 卵)		キャベツ きゅうり	さつまいも マヨネーズ	塩 こしょう	24.5	今が旬のさつまいもをサラダにしました。ほんのり甘くておいしいです。
	けんちんじる	鶏 大豆 さば 小麦 ごま	とりにく とうふ	こまつな だいこん にんじん ごぼう ほししいたけ	でんぶん ごまあぶら	しょうゆ かつおの素 塩		
	ちゅうかめん	小麦			めん			
	牛乳	乳	牛乳					
	しょうゆラーメンスープ	豚 小麦 大豆 鶏 ごま	ぶたにく わかめ なた	にんじん チンゲンさい しろねぎ メンマ とうもろこし にんにく しょうが		さけ しょうゆラーメンスープ ちゅうかスープの素 チキンブイオン オイスターソース		
11月	にらまんじゅう	豚 小麦 大豆	ぶたにく	キャベツ いら しろねぎ にんにく しょうが	あぶら こむぎこ さとう	しょうゆ 塩 こしょう	28.3	
	ナムル	ごま 小麦 大豆		ほうれんそう にんじん もやし	ごま ごまあぶら	しょうゆ		
	あじつけごさかな		かたくちいわし		さとう	塩		
	ごはん							
	牛乳	乳	牛乳					
12月	はんかんしらすごはん	小麦 大豆	しらす		こめ	しょうゆ さけ 塩	646	やいちゃんランチです。
	牛乳	乳	牛乳					
	さばのたつたあげ	さば 大豆 小麦	さば		でんぶん あぶら	しょうゆ みりん さけ		
	おひたし	小麦 大豆	かつおぶし	ほうれんそう にんじん もやし	さとう	しょうゆ		
	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 しろねぎ こんにゃく ほししいたけ	さといも でんぶん	かつおの素 さばうすけずり しょうゆ さけ 塩		
13日	ごはん						28.3	
	牛乳	乳	牛乳					
	とりレバーのケチャップあえ	鶏 大豆	とりにく とりレバー		でんぶん あぶら さとう	ワイン 中濃ソース トマトケチャップ		
	きゅうりのひたひた	小麦 大豆 ごま	かつおぶし	きゅうり	さとう ごまあぶら	しょうゆ す いちみどろがらし チキンブイオン 塩		
	ちゅうかスープ	豚 鶏 小麦 大豆 ごま	ぶたにく なた わかめ	にんじん キャベツ チンゲンさい とうもろこし しろねぎ		ちゅうかスープの素 さけ オイスターソース 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 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29年10月 学校給食献立表 南棟1

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		
17 火	キャロットパン	小麦 乳 大豆		にんじん	パン		574	エリンギなどのきのこ類には食物せんいが豊富に含まれています。
	牛乳	乳	牛乳					
	とりのハーブやき	鶏 小麦 大豆	とりにく		でんぷん さとう あぶら	塩 しょうゆ マスタード こしょう ハーブ		
	エリンギとやさいのソテー	鶏 豚 乳		キャベツ にんじん もやし エリンギ	バター	塩 こしょう コンソメスープ		
コーンポタージュ	乳 小麦 大豆 鶏	牛乳	とうもろこし にんじん たまねぎ パセリ	バター なまクリーム	ベシャメルソース ほたてエキス こしょう スープストック 塩	25.7		
18 水	ごはん				こめ		607	親子煮は、鶏肉と鶏卵を使って料理をすることから、この名前がついています。
	牛乳	乳	牛乳					
	おやこに	鶏 大豆 卵 小麦	とりにく こおりどうふ たまご	にんじん たまねぎ たけのこ ほししいたけ	さとう	しょうゆ さけ わふうだしの素		
	しゅうまい	豚 鶏 大豆 小麦	ぶたにく とりにく	たまねぎ しょうが にんにく	でんぷん さとう こむぎこ	チキンブイヨン しょうゆ 塩 ほたて貝エキス		
ゆかりあえ			キャベツ きゅうり		ゆかりこ			
19 木	ごはん				こめ		587	さんまは秋を代表する魚です。あぶらがのっておいしい時期です。
	牛乳	乳	牛乳					
	さんまのおろしに	小麦 大豆	さんま	だいこん しょうが	さとう でんぷん	しょうゆ みりん す		
	はりはりづけ	ごま 小麦 大豆		きりぼしだいこん にんじん きゅうり	ごまあぶら さとう	す しょうゆ		
わかめスープ	豚 鶏 小麦 大豆 ごま	ぶたにく なると わかめ	キャベツ にんじん		チキンブイヨン しょうゆ ちゅうかスープの素 塩 オイスターソース こしょう	22.6		
りんご	りんご		りんご					
20 金	せわりパン	小麦 乳 大豆			パン		676	りんごは秋から冬にかけてがもっともおいしい時期です。
	りんごジャム	りんご			ジャム			
	牛乳	乳	牛乳					
	かぼちゃクロquette	豚 大豆 小麦	ぶたにく	かぼちゃ たまねぎ	パンこ こむぎこ でんぷん さとう あぶら	しょうゆ ウスターソース		
こまつなのアーモンドあえ	小麦 大豆		こまつな にんじん もやし	アーモンド さとう	しょうゆ	26.2		
ポークピーズ	豚 大豆 小麦 鶏	ぶたにく だいず	たまねぎ にんじん	さとう あぶら	トマトケチャップ 中濃ソース スープストック ワイン			
23 月	ごはん				こめ		593	
	牛乳	乳	牛乳					
	くろはんべんのいそべあげ	さば 大豆 小麦	くろはんべん あおのり		こむぎこ でんぷん あぶら			
	ちくぜんに	鶏 小麦 大豆	とりにく ちくわ	たけのこ にんじん ほししいたけ ごぼう こんにやく さやいんげん	さとう あぶら	わふうだしの素 みりん しょうゆ		
すましじる	さば 大豆 小麦	わかめ	たまねぎ にんじん えのきだけ		かつおの素 みりん 塩 しょうゆ			
24 火	くりごはん				こめ くり	塩 さけ	617	さけは、秋においしい魚です。この時季のさけは、「秋鮭」や「秋味」ともよばれます。
	ごましお	ごま			ごま	塩		
	牛乳	乳	牛乳					
	さけのみりんしょうゆづけ	さけ 小麦 大豆	さけ			しょうゆ みりん		
れんこんのきんぴら	豚 大豆 小麦 ごま	ぶたにく さつまあげ	れんこん にんじん こんにやく さやいんげん	さとう ごま あぶら ごまあぶら	みりん しょうゆ わふうだしの素	27.7		
たまねぎのみそしる	大豆 さば	とうふ あぶらあげ みそ	たまねぎ しめじ はねぎ		にぼし さばうすけずり			
25 水	うどん	小麦			めん		598	秋は「実りの秋」と言われるように、おいしい食べ物がいっぱいあります。
	牛乳	乳	牛乳					
	にくうどんつゆ	豚 大豆 小麦 さば	ぶたにく あぶらあげ かまぼこ	にんじん たまねぎ しろねぎ ほししいたけ	でんぷん	しょうゆ みりん にぼし かつおの素 塩		
	ちくわのピーナッツあげ	小麦 落花生	ちくわ		こむぎこ でんぷん あぶら ピーナッツ			
あおなごまサラダ	ごま 小麦 大豆		こまつな キャベツ とうもろこし	ごま あぶら さとう	す しょうゆ 塩			
26 木	ごはん				こめ		603	大井川南小学校のリクエスト献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	いわしのしょうがに	小麦 大豆	いわし	しょうが	さとう でんぷん	しょうゆ 塩		
	ほうれんそうのごまあえ	ごま 小麦 大豆		ほうれんそう にんじん もやし	ごま さとう	しょうゆ		
とんじる	豚 大豆 さば	ぶたにく とうふ みそ	こんにやく ごぼう にんじん しろねぎ		にぼし さばうすけずり	25.1		
27 金	ごはん				こめ		580	海藻サラダにはいろいろな種類の海藻が入っています。よくかんで食べましょう。
	牛乳	乳	牛乳					
	とうふハンバーグのわふうあんかけ	大豆 鶏 豚 小麦	とりにく とうふ	たまねぎ	でんぷん さとう	みりん 塩 しょうゆ		
	かいそうサラダ(あおじそドレッシング)	ドレ(小麦 大豆 りんご 豚)	かいそう	キャベツ きゅうり		あおじそドレッシング		
ちゃんこじる	豚 大豆 小麦 さば	ぶたにく とうふ	ごぼう もやし こんにやく しめじ しろねぎ		さけ 塩 しょうゆ かつおの素 みりん	22.4		
30 月	メープルパン	小麦 乳 大豆			パン メープルシュガー		603	
	牛乳	乳	牛乳					
	プレーンオムレツ	卵 りんご	たまご		さとう でんぷん	りんごす 塩		
	カラフルサラダ(イタリアンドレッシング)			キャベツ きゅうり パプリカ	イタリアンドレッシング			
ベーコンとポテトのクリームに	豚 乳 小麦 大豆 鶏	ベーコン 牛乳	にんじん たまねぎ こまつな しめじ	なまクリーム あぶら じゃがいも	ベシャメルソース ほたてエキス こしょう コンソメスープ 塩	23.0		
31 火	ごはん				こめ		605	今日のぎょうざは揚げてあります。いつもと違った食感を楽しんでください。
	牛乳	乳	牛乳					
	あげぎょうざ	豚 ごま 小麦 大豆	ぶたにく	キャベツ たら たまねぎ しょうが	こむぎこ こめこ さとう あぶら	塩 しょうゆ		
	ちゅうかサラダ	ごま 小麦 大豆	わかめ	にんじん もやし きゅうり	ごま さとう ごまあぶら はるさめ	しょうゆ す		
とりだんごじる	大豆 さば 小麦 ごま 鶏	とりにく とうふ	たまねぎ しょうが こまつな ごぼう にんじん しめじ	さとう あぶら ごまあぶら	さばうすけずり 塩 しょうゆ かつおの素 さけ みりん	19.6		