

平成29年11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		
1 水	ココアパン	小麦 乳 大豆			ココアパン		619	やいちゃん ランチです。
	牛乳	乳	牛乳					
	くろはんぺんの カレーあげ	さば 大豆 小麦	くろはんぺん		こむぎこ でんぶん あぶら	カレーこ		
	わふうやきそば	豚 いか 小麦 大豆	ぶたにく いか ちりめんじゃこ かつおぶし	にんじん キャベツ たまねぎ もやし はねぎ しょうが	ちゅうかめん あぶら	さけ しょうゆ 塩 こしょう	27.1	
とりとやさいのスープ	鶏 豚	とりにく	たまねぎ にんじん はくさい マッシュルーム		塩 こしょう コンソメスープ チキンブイヨン			
2 木	ごはん				こめ		592	パンサンスー は春雨の 入った中華 風の酢の物 です。
	牛乳	乳	牛乳					
	ぎょうざ	豚 鶏 小麦 大豆 ごま	ぶたにく とりにく	キャベツ にはら しょうが	こむぎこ こめこ あぶら	しょうゆ 塩		
	パンサンスー	小麦 大豆 ごま		キャベツ にんじん きゅうり	はるさめ さとう ごま こめあぶら	す 塩 からし しょうゆ	20.8	
うずらたまごの ちゅうかスープ	豚 卵 鶏 小麦 大豆 ごま	ぶたにく うずらたまご なると	にんじん チンゲンさい もやし メンマ しろねぎ		チキンブイヨン さけ 塩 こしょう ちゅうかスープの素 オイスターソース			
6 月	せわりパン(メープル&マーガリン)	小麦 乳 大豆			パン メープルシロップ マーガリン		637	ポトフには秋 に旬を迎える 野菜がたくさん 入っています。
	牛乳	乳	牛乳					
	ツナコロッケ	小麦 大豆	まぐろ	たまねぎ	じゃがいも さとう パンこ こめこ こむぎこ あぶら	しょうゆ 塩		
	やさいとコーンのソテー	鶏 豚 乳		ほうれんそう キャベツ とうもろこし	バター	塩 こしょう コンソメスープ	23.7	
あきやさいのポトフ	小麦 大豆 鶏 豚	とりにく ウインナー	たまねぎ にんじん だいこん れんこん さやいんげん		スープストック チキンブイヨン ワイン 塩 こしょう			
7 火	ごはん				こめ		664	
	牛乳	乳	牛乳					
	にくだんごの あまずあんかけ	豚 鶏 大豆 小麦	ぶたにく とりにく	たまねぎ	パンこ でんぶん さとう	す 塩 香辛料 しょうゆ		
	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 にんじん	マカロニ マヨネーズ	塩 こしょう	22.5	
とんじる	豚 大豆 さば	ぶたにく あぶらあげ みそ	たまねぎ だいこん ごぼう はねぎ	じゃがいも	にぼし さばうすけずり			
8 水	せわりパン	小麦 乳 大豆			パン		605	パンにフラン クフルトをは さんで食べま しょう。
	牛乳	乳	牛乳					
	フランクフルト	豚	フランクフルト		さとう	トマトケチャップ 中濃ソース ワイン		
	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	きゅうり とうもろこし こまつな		あおじそドレッシング	25.6	
ラビオリスープ	鶏 豚 小麦	ぶたにく	たまねぎ にんじん キャベツ	こむぎこ パンこ あぶら	塩 こしょう コンソメスープ チキンブイヨン			
9 木	ごはん				こめ		599	
	牛乳	乳	牛乳					
	えびしゅうまい	豚 大豆 鶏 小麦 えび	えび たらすりみ	たまねぎ しょうが	こむぎこ でんぶん さとう あぶら	チキンブイヨン 塩 香辛料		
	ひじきサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 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	みりん しょうゆ	21.3	
だいこんとぶたにくの いために	豚 小麦 大豆 鶏 ごま	ぶたにく なまあげ	だいこん にんじん こんにゃく さやいんげん しょうが にんにく	さとう ごまあぶら あぶら	しょうゆ さけ ちゅうかスープの素			
10 金	はんかんごはん				こめ		727	ひよこのよう な形をした豆 が入ったカ レーです。
	牛乳	乳	牛乳					
	ひよこまめのカレー	鶏 りんご 豚 大豆 小麦 乳	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん りんご トマト セロリー にんにく しょうが	じゃがいも あぶら ひよこまめ	こしょう 中濃ソース カレーこ カレーフレーク スープストック チャツネ		
	フィッシュナゲット	大豆 小麦 豚	あじ いとよりだい ぐち きんときだい こち	たまねぎ	でんぶん さとう あぶら こむぎこ	塩 しょうゆ 香辛料 ポークエキス	20.9	
だいこんサラダ (ナムルドレッシング)	ドレ (ごま 大豆 鶏 豚 小麦)		だいこん きゅうり はだいこん	ナムルドレッシング				
13 月	ごはん				こめ		607	ひきずりは鶏 のすき焼きの ことを言いま す。
	牛乳	乳	牛乳					
	ひきずり	鶏 大豆 小麦	とりにく かまぼこ やきどうふ	はくさい にんじん しろねぎ こんにゃく	さとう あぶら	しょうゆ みりん さけ		
	なつとう	小麦 大豆	なつとう			なつとうのたれ からし	25.5	
はりはりづけ	ごま 大豆 小麦		きりぼしだいこん きゅうり にんじん	ごまあぶら さとう	す しょうゆ			
14 火	さくらごはん	小麦 大豆			こめ	しょうゆ	670	新米のにおい しい季節です。 デザートにも お米を使っ ています。
	牛乳	乳	牛乳					
	かつおのかくに あさづけ	小麦 大豆 小麦 大豆	かつお こんぶ	しょうが きゃべつ きゅうり	さとう	しょうゆ さけ みりん 塩		
	のっぺいじる	鶏 小麦 大豆 さば	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	かつおのもと さばうすけずり しょうゆ さけ 塩	32.9	
おこめのタルト	小麦 卵 乳 大豆	牛乳 たまご	みかん	こむぎこ マーガリン さとう こめペースト れんにゅう	塩			
15 水	ひらうどん	小麦			ひらうどん		626	かき揚げは センターで 作っています。 一つひとつ 丁寧に揚 げました。
	牛乳	乳	牛乳					
	ほうとうじる	小麦 大豆 さば 鶏	とりにく あぶらあげ みそ	かぼちゃ にんじん はくさい ほししいたけ しめじ しろねぎ		にぼし さばうすけずり しょうゆ		
	おちゃとだいの かきあげ	小麦 大豆 乳	だいのちりめんじゃこ 牛乳	ごぼう たまねぎ にんじん はねぎ	こむぎこ でんぶん あぶら	塩 茶	28.7	
そくせきづけ かたぬきチーズ	ごま 小麦 乳	チーズ	キャベツ きゅうり たかあんづけ しょうが	ごま				



○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。

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		
16 木	ごはん				こめ		588	
	牛乳	乳	牛乳					
	とうふハンバーグ おろしソース	小麦 大豆 鶏 豚	とりにく とうふ	たまねぎ だいこん しょうが	さとう でんぶん	しょうゆ みりん 塩		
	やさいの アーモンドあえ	大豆 小麦		こまつな もやし	アーモンド さとう	しょうゆ		
17 金	けんちんじる	鶏 さば 小麦 大豆	とりにく とうふ	ごぼう にんじん ほししいたけ しろねぎ	さとも でんぶん ごまあぶら	かつおのもと しょうゆ みりん 塩	24.3	
	せきはん(ごましお)	大豆 ごま			こめ ごま あずき	しお		
	牛乳	乳	牛乳					
	あじの みりんじょうゆやき	小麦 大豆	あじ		さとう	しょうゆ 塩 かつおエキス こんぶエキス		
20 月	にしめ	鶏 大豆 小麦	とりにく ちくわ	たけのこ にんじん ごぼう こんにやく ほししいたけ 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	30.5	『えびす講』 にちなんだ献 立です。
	とうふとわかめのみそしる	大豆 さば	とうふ わかめ みそ	たまねぎ はねぎ だいこん えのきたけ		にぼし さばうすけずり		
	ミルクパン	小麦 乳 大豆	牛乳		ミルクパン			
	牛乳	乳	牛乳					
21 火	レバーととりにくのマリネ	鶏 大豆 小麦	とりにく とりレバー	たまねぎ レモン	でんぶん あぶら さとう	しょうゆ す カレーこ	656	鉄分がたっ ぶりのレバ ーが入ったマリ ネです。
	ポテトサラダ (マヨネーズ)	マヨ(大豆 りんご 卵)		キャベツ きゅうり にんじん	じゃがいも マヨネーズ	塩 こしょう		
	はくさいスープ	鶏 豚 大豆 小麦	ベーコン	たまねぎ にんじん はくさい こまつな		塩 こしょう しょうゆ コンソメスープ		
	ごはん	乳	牛乳		こめ			
22 水	牛乳	乳	牛乳				591	ごはんにビビ ンバやナム ルを混ぜて 食べましょ う。
	ちくわのみじあげ	小麦	ちくわ あおのり	にんじん	あぶら こむぎこ でんぶん	パブリカこ		
	れんこんのきんぴら	豚 小麦 大豆 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		
	はるさめスープ	豚 小麦 大豆 鶏 ごま	ベーコン	たまねぎ にんじん えのきたけ チンゲンさい しょうが	はるさめ	塩 しょうゆ チキンブイオン ちゅうかスープの素 こしょう		
24 金	ごはん	乳	牛乳		こめ		596	『和食の日』 の献立です。 だしのきいた “ふわふわ卵 じる”を味わ いましょう。
	牛乳	乳	牛乳					
	さばのみそに	さば 大豆	さば みそ	しょうが	さとう でんぶん			
	やさいのごまあえ	大豆 小麦		ほうれんそう きやべつ もやし	ごま さとう	しょうゆ		
27 月	ふわふわたまごじる	卵 さば 大豆 小麦	たまご なたと わかめ	たけのこ にんじん たまねぎ ほししいたけ	でんぶん	かつおの素 しょうゆ 塩	23.6	
	バーガーパン	小麦 乳 大豆			パン			
	牛乳	乳	牛乳					
	ハンバーグ	豚 鶏 小麦 大豆	ぶたにく とりにく	たまねぎ	パンこ さとう	トマトケチャップ 中濃ソース 塩 ワイン しょうゆ チキンブイオン		
28 火	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 パブリカ	イタリアンドレッシング	ベシヤメルソース 塩 こしょう スープストック チキンブイオン ホタテエキス	26.1	バーガーパ ンにハンバ ーグをはさん で食べましょ う。
	チンゲンサイの クリームに	小麦 大豆 鶏 乳	とりにく 牛乳	チンゲンさい にんじん たまねぎ しめじ とうもろこし	あぶら			
	ごはん	乳	牛乳		こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
29 水	ウインナーたまごやき	卵 豚 小麦 大豆	たまご ウインナー		さとう あぶら でんぶん	かつおこんぶだし す しょうゆ みりん 塩	626	小川小学校 のリクエスト 献立です。
	プロッコリー-いりサラダ (たまねぎドレッシング)	りんご 小麦 大豆 鶏		きやべつ にんじん プロッコリー	たまねぎドレッシング			
	さつまじる	鶏 大豆 さば	とりにく あぶらあげ とうふ みそ	たまねぎ はねぎ だいこん	さつまいも	にぼし さばうすけずり		
	さけフライ	さけ 小麦 大豆	さけ		パンこ こむぎこ でんぶん あぶら	塩 こしょう		
30 木	ゆかりあえ			キャベツ きゅうり		ゆかりこ	575	羊煮汁は東 北地方の郷 土料理です。
	いもにじる	豚 大豆 小麦 さば	ぶたにく とうふ みそ	にんじん しめじ こんにやく はねぎ	さとも さとう	わふうだしの素 かつおの素 しょうゆ さけ		
	ソフトめん	小麦			ソフトめん			
	牛乳	乳	牛乳					
30 木	ミートソース	豚 小麦 大豆 乳 鶏	ぶたにく	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 ハヤシルウ ベシヤメルソース 中濃ソース スープストック ワイン こしょう	659	オムレツの中 にはじゃがい もやチーズが 入っています。 
	じゃがいもいりオムレツ	卵 乳 りんご	たまご チーズ		じゃがいも さとう でんぶん	りんごす 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	みりん しょうゆ		
	ごはん	乳	牛乳		こめ			

給食センター調理員 午前勤務(8:00~12:00)募集中！！

詳細は給食センターまでお電話ください！ TEL:054-624-6660

