

平成29年2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	ごはん				こめ		621	豚キムチには旬の白菜をたくさん使います。
	牛乳	乳	牛乳					
	あじのこうじづけ 		あじ		さとう こうじ	塩 みりん		
	そくせきづけ	小麦 ごま		キャベツ きゅうり たくあんづけ しょうが	ごま			
	にくじゃが	豚 小麦 大豆	ぶたにく	たまねぎ こんにやく 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 わふうだしの素	27.5	
2 木	ごはん				こめ		607	節分の献立です。 
	牛乳	乳	牛乳					
	いわしのうめに 	小麦 大豆	いわし	うめぼし	さとう でんぶん	しょうゆ 発酵調味料 塩		
	ブロッコリーのサラダ	小麦 大豆		ブロッコリー にんじん	さとう あぶら	しょうゆ 酢		
	こまつなのみそしる	大豆 さば	とうふ みそ あぶらあげ	たまねぎ だいこん こまつな	もちごめ さとう	さばうすけずり にぼし しょうゆ 発酵調味料	25.3	
	せつぶんまめ	大豆 小麦	だいず あおさ		でんぶん みずあめ	香辛料		
3 金	せわりパン (メイプル&マーガリン)	小麦 大豆 乳 (乳 大豆)			パン (メイプルシロップ マーガリン)		637	鱈を使ったナゲットです。
	牛乳	乳	牛乳					
	フィッシュナゲット 	小麦 大豆 豚	あじ イトヨイダイ キントキダイ グチ コチ	たまねぎ	あぶら でんぶん さとう こむぎこ	塩 発酵調味料 しょうゆ 香辛料 酵母エキス		
	エリンギとやさいのソテー	鶏 豚		キャベツ もやし にんじん エリンギ	あぶら	塩 コンソメスープ こしょう		
	コーンポタージュ	乳 小麦 大豆 鶏	牛乳	とうもろこし たまねぎ にんじん パセリ	バター なまクリーム あぶら	ベシヤメルソース スープストック 塩 こしょう	20.6	
6 月	ごはん				こめ		642	
	牛乳	乳	牛乳					
	ぶたキムチ	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 にら	でんぶん ごまあぶら	しょうゆ トウバンジャン こしょう		
	きゅうりのごまじょうゆ	ごま 小麦 大豆		きゅうり	ごま さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢 塩		
	はるさめスープ	豚 小麦 大豆 鶏 ごま	ベーコン	チンゲンサイ たまねぎ にんじん しょうが	はるさめ でんぶん	チキンブイヨン ちゅうかスープの素 しょうゆ 塩 こしょう		
	ヨーグルト	乳 もも りんご	だっしふんにゅう	りんご おとうろ パイナップル	さとう れんにゅう	オリゴ糖	22.1	
7 火	バーガーパン	小麦 大豆 乳			パン		613	パンにハンバーガーをはさんで食べましょう。
	牛乳	乳	牛乳					
	ハンバーグ デミグラスソース	牛 豚 乳 小麦 大豆 鶏	とりにく ぶたにく	たまねぎ	じゃがいも あぶら さとう	デミグラスソース トマトケチャップ ワイン 中のうソース 塩 香辛料		
	かいそうサラダ (たまねぎドレッシング)	ドレ(りんご 小麦 大豆 鶏)	かいそう	キャベツ きゅうり	わふうたまねぎドレッシング			
	チンゲンサイのクリームに	豚 乳 小麦 大豆 鶏	牛乳 ベーコン	たまねぎ チンゲンサイ にんじん とうもろこし	あぶら	ベシヤメルソース チキンブイヨン スープストック 塩 こしょう	25.4	
8 水	はんかごはん				こめ		681	カレーはじっくりと煮込むとおいしくなります。
	牛乳	乳	牛乳					
	ポークカレー	豚 りんご 小麦 乳 大豆 鶏	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん セロリー りんご しょうが にんにく	じゃがいも あぶら	カレーフレーク 中のうソース スープストック チャツネ こしょう		
	ロールエッグ	卵 小麦 大豆	たまご		さとう でんぶん あぶら	かつおだし しょうゆ 酢 塩		
	ゆでやさい (あおじそドレッシング)	ドレ(小麦 大豆)		キャベツ きゅうり とうもろこし		あおじそドレッシング	22.0	
9 木	うどん	小麦			うどん		580	わかさぎは丸ごと食べるのでカルシウムが豊富です。
	牛乳	乳	牛乳					
	きつねうどんつゆ 	豚 大豆 さば 小麦	ぶたにく あぶらあげ かまぼこ	にんじん しろねぎ ほししいたけ		しょうゆ みりん かつおの素 塩		
	わかさぎのてんぷら 	小麦 大豆	わかさぎ おきあみ あおさ		あぶら こむぎこ でんぶん さとう こめこ	しょうゆ 塩		
	やさいのアーモンドあえ	小麦 大豆		もやし ほうれんそう にんじん	アーモンド さとう	しょうゆ	25.9	
10 金	ごはん				こめ		624	季節の野菜を使います。
	牛乳	乳	牛乳					
	ちくわのいそべあげ 	小麦	ちくわ あおりの		こむぎこ でんぶん あぶら			
	だいこんのあさづけ	小麦 大豆	こんぶ	だいこん きゅうり		しょうゆ さとう 酢 塩		
	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	はくさい 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	オイスターソース しょうゆ ちゅうかスープの素 こしょう	26.6	
13 月	ツイストパン	小麦 大豆 乳			パン		685	今月は焼津市でとれたキャベツを使っています。 
	牛乳 (コーヒーのもと)	乳	牛乳			コーヒーのもと		
	ハートのコロッケ	鶏 豚 大豆 小麦	とりにく ぶたにく	たまねぎ	じゃがいも あぶら パンこ こむぎこ さとう みずあめ コーンフラワー でんぶん	塩 香辛料		
	キャベツサラダ	ごま 小麦 大豆		キャベツ こまつな とうもろこし	さとう ごま あぶら	しょうゆ 酢		
	ポークビーンズ	豚 大豆 小麦 鶏	だいず ぶたにく	たまねぎ にんじん	さとう あぶら	トマトケチャップ 中のうソース あかワイン スープストック	26.1	
14 火	ごはん				こめ		632	焼津東小のリクエスト献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	とうふステーキ	大豆 鶏 豚 小麦	とうふ ぶたにく とりにく ちりめんじゃこ こんぶ	しろねぎ たまねぎ えだまめ にんじん しょうが	さとう パンこ でんぶん あぶら	しょうゆ 塩 魚介エキス 香辛料		
	そぼろあんかけ							
	ほうれんそうのおひたし 	小麦 大豆	かつおぶし	もやし ほうれんそう にんじん		しょうゆ みりん		
	みそしる	大豆 さば	みそ あぶらあげ わかめ	だいこん たまねぎ しめじ		にぼし さばうすけずり	24.8	
	ぼんかん			ぼんかん				

○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 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	使われていいる食品とおもな働				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	キャロットパン	小麦 大豆 乳		にんじん	パン マーガリン		621	やいちゃんラ ンチの日で す。
	牛乳	乳	牛乳					
	かつおフライ 	小麦 大豆	かつお		あぶら でんぶん パンこ こむぎこ	塩		
	ベスカトーレ 	小麦 豚 えび いか 鶏	えび いか たこ ベーコン	たまねぎ トマト にんにく	スパゲティー あぶら	トマトケチャップ 中のうソース しるワイン コンソメスープ 塩 こしょう		
	たまごスープ 	卵 小麦 大豆 鶏	たまご なたと	たまねぎ にんじん ほうれんそう	でんぶん	チキンブイオン しょうゆ スープストック 塩 こしょう	29.5	
16 木	ごはん				こめ		618	野菜のレモン 醤油和えは、 初めて登場 です。
	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	酒		
	やさいの レモンじょうゆあえ	小麦 大豆		キャベツ ほうれんそう レモン		しょうゆ みりん わふうだしの素 酒		
	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 こんにやく にんじん しろねぎ 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 酒 塩	23.6	
17 金	ごはん				こめ		573	焼津おでん には、色々な 種類の魚の 練り製品が 入ります。
	牛乳	乳	牛乳					
	やいづおでん 	小麦 大豆 さば	ちくわ なたと ころはんべん さつまあげ こんぶ	だいこん こんにやく	じゃがいも さとう	しょうゆ 酒 かつおの素 みりん 塩		
	にたまご	卵 小麦 大豆	たまご		さとう	しょうゆ 塩 かつおエキス 酢 こんぶエキス		
	いそかあえ	小麦 大豆	のり	ほうれんそう もやし にんじん	さとう	しょうゆ	25.2	
20 月	レーズンパン	小麦 大豆 乳		ほしぶどう	パン		639	カレー風味の ポテトサラダ です。
	牛乳	乳	牛乳					
	とりにくのチーズやき	鶏 小麦 乳 大豆	とりにく チーズ	あかピーマン パセリ	パンこ さとう あぶら	しょうゆ 塩 酵母エキス 香辛料		
	カレーポテトサラダ (マヨネーズ)	マヨ(大豆 りんご 卵)		きゅうり にんじん	じゃがいも マヨネーズ	塩 カレーこ		
	やさいのスープに	豚 小麦 大豆 鶏	ウインナー	だいこん キャベツ 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	25.4	
21 火	ごはん				こめ		603	麻婆豆腐は 市販の素を ではなくセン ター特製の 味付けです。
	牛乳	乳	牛乳					
	マーボーどうふ 	豚 大豆 小麦 鶏 ごま	どうふ ぶたにく みそ	たけのこ しろねぎ ほししいたけ しょうが にんにく	でんぶん さとう ごまあぶら	しょうゆ オイスターソース 酒 ちゅうかスープの素 トウバンジャン		
	かにしゅうまい 	小麦 かに 豚	ステクウダラ かに	たまねぎ しょうが	こむぎこ でんぶん さとう	塩 こしょう		
	ゆかりあえ		キャベツ きゅうり			ゆかりこ 塩	22.6	
22 水	ちゅうかめん	小麦			ちゅうかめん		637	ひじき、たけ のこ、人參を 甘辛煮たも のをサラダに します。
	牛乳	乳	牛乳					
	とんこつラーメンスープ 	豚 小麦 大豆 鶏 ごま	ぶたにく なたと	もやし チンゲンサイ にんじん とうもろこし メンマ しろねぎ しょうが にんにく		とんこつラーメンスープ チキンブイオン スープストック		
	ぎょうざ	豚 鶏 大豆 小麦 ごま	ぶたにく とりにく	キャベツ しょうが いら	こむぎこ あぶら みずあめ こめこ でんぶん	しょうゆ 塩 みりん 香辛料 発酵調味料		
	ひじきサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 トレ(小麦 大豆 ごま)	ひじき	たけのこ にんじん	さとう ごまドレッシング	しょうゆ みりん	25.7	
23 木	ごはん				こめ		580	
	牛乳	乳	牛乳					
	ツナそぼろ どんぶりのぐ 	小麦 卵 大豆	まぐろ たまご	しょうが	さとう でんぶん あぶら	しょうゆ 酒 塩 やさいエキス 発酵調味料		
	やさいのごまあえ	ごま 小麦 大豆		こまつな キャベツ もやし	ごま さとう	しょうゆ		
	さつまじる	鶏 大豆 さば	とりにく みそ	こんにやく だいこん ごぼう にんじん しろねぎ	さつまいも	さばうすけずり にぼし	24.9	
24 金	ごはん				こめ		570	切り干し大根 は細く切った 大根を干した ものです。
	牛乳	乳	牛乳					
	さけのしおやき 	さけ	さけ			塩		
	きりぼしだいこんの いために	大豆 小麦	あぶらあげ	きりぼしだいこん にんじん ほししいたけ	さとう あぶら	しょうゆ みりん わふうだしの素		
	とりだんごじる	鶏 大豆 さば 小麦	どうふ とりにく	はくさい ごぼう にんじん しめじ はねぎ たまねぎ しょうが	でんぶん	しょうゆ かつおの素 さばうすけずり 酒 みりん 塩 こしょう	28.3	
27 月	スタミナパン	小麦 大豆 乳 卵			スタミナパン		644	大井川中の リクエスト献 立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	しろみざかなの パーペキュソース 	小麦 大豆 りんご	ホキ	りんご はねぎ レモン にんにく	あぶら さとう でんぶん	しょうゆ		
	カラフルサラダ (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 パプリカ	イタリアンドレッシング			
	わかめスープ	豚 鶏	ぶたにく わかめ	たまねぎ チンゲンサイ にんじん えのきたけ		チキンブイオン コンソメスープ 塩	26.6	
28 火	はんかんなめし	大豆		ひろしまな きょうな だいごんな	こめ さとう	塩	588	いかの甘辛 煮は初めて 登場する料 理です。
	牛乳	乳	牛乳					
	いかのあまからに 	いか 小麦 大豆	いか ひじき		でんぶん コーンスターチ あぶら さとう	しょうゆ トマトケチャップ		
	はりはりづけ	ごま 小麦 大豆		きゅうり にんじん きりぼしだいこん	さとう ごま ごまあぶら	しょうゆ 酢		
	けんちんじる	さば 小麦 大豆 ごま	どうふ	ごぼう にんじん ほししいたけ しろねぎ	さといも でんぶん ごまあぶら	かつおの素 しょうゆ みりん 塩	24.2	



「節分」は、立春の前日で季節の変わり目の日をいいます。本当は春夏秋冬の4回あるのですが、行事として良く知られているのは春の節分です。
炒った大豆を、「鬼は～外！福は～内！」とかけ声をかけながら、家の中や外にまきます。豆まきの後は、自分の年と同じ数の豆を食べながら、これからの一年間の安全や健康を祈ります。

