

平成29年 4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		
11 火	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	マーボー豆腐	豚 大豆 小麦 鶏 ごま	豆腐 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	でんぷん 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	621	麻婆豆腐は センター特製 の味付けで す。
	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 にら	こむぎこ あぶら みずあめ こめこ でんぷん	しょうゆ 塩 みりん 香辛料	23.5	
きゅりのひたひた	大豆 小麦、ごま	かつおぶし	きゅうり	さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢 いちみつとうがらし			
12 水	アップルパン	小麦 乳 大豆 りんご		りんご	パン			
	牛乳	乳	牛乳					
	にくだんごの チリソースあえ	鶏 小麦 大豆 豚 ごま りんご	とりにく	たまねぎ しろねぎ にんにく しょうが	さとう ごまあぶら パンこ でんぷん あぶら	トマトケチャップ チリソース 塩 みりん しょうゆ	603	肉団子をピリ 辛のソースで あえます。
	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	マカロニ マヨネーズ	塩 こしょう	23.8	
ちゅうかスープ	小麦 大豆 豚 鶏 ごま	ぶたにく なたと わかめ	チンゲンサイ にんじん メンマ もやし しろねぎ	でんぷん	チキンブイヨン 酒 塩 こしょう ちゅうかスープの素 オイスターソース			
13 木	さくらごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	あじのこうじづけ		あじ		さとう こうじ	みりん 塩	604	港小学校の リクエスト献 立です。
	たけのこサラダ (マヨネーズ)	大豆 小麦 ごま マヨ(大豆 りんご 卵)		こまつな たけのこ	さとう ごま マヨネーズ	しょうゆ わふうだしの素 こしょう	27.8	
とんじる	豚 大豆 さば	どうふ ぶたにく あぶらあげ みそ	こんにやく だいこん ごぼう にんじん しろねぎ		にほし さばうすけずり			
14 金	ごはん				こめ			
	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	669	カレーはじっ くりと煮込む とおしくなり ます。
	にたまご	卵 小麦 大豆	たまご		さとう	かつおだし しょうゆ 塩	23.9	
はるキャベツサラダ	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 塩			
17 月	バーガーパン	小麦 乳 大豆			パン			
	牛乳	乳	牛乳					
	ハムチーズカツ	豚 鶏 大豆 乳 小麦	ぶたにく とりにく チーズ	たまねぎ	さとう パンこ こむぎこ あぶら	塩 香辛料	581	パンにハム チーズカツを はさんで食べ ましょう。
	かいそうサラダ (あおじそドレッシング)	ごま 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		23.0	
まめいりミネストローネ	大豆 豚 小麦 鶏	ベーコン だいず	たまねぎ にんじん トマト パセリ にんにく	マカロニ	コンソメスープ ワイン 塩 こしょう			
18 火	せきはん		あずき		こめ			
	ごましお	ごま			ごま	塩		
	牛乳	乳	牛乳					
	とうふハンバーグ	大豆 豚 鶏 小麦	とうふ とりにく ちりめんじゃこ こんぶ	たまねぎ えだまめ にんじん	パンこ さとう あぶら でんぷん	しょうゆ みりん 塩 魚介エキス 香辛料	650	入学・進級を お祝いする 献立です。
そくせきづけ	大豆 ごま		キャベツ たくあんづけ しょうが	ごま		24.0		
すましじる	さば 大豆 小麦 大豆	わかめ かまぼこ とうにゅう	ほうれんそう にんじん えのきたけ いちご	さとう あぶら みずあめ	かつおの素 しょうゆ みりん 塩			
19 水	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	じゃがいものそぼろあん	大豆 小麦 豚	ぶたにく あつあげ	にんじん たまねぎ えだまめ	じゃがいも さとう でんぷん あぶら	しょうゆ 酒 わふうだしの素	622	
	えびしゅうまい	えび 豚 大豆 鶏 小麦	たらすりみ えび	たまねぎ しょうが	あぶら こむぎこ でんぷん さとう	チキンブイヨン 塩 香辛料	22.1	
アーモンドあえ	大豆 小麦		こまつな キャベツ	アーモンド さとう	しょうゆ			
20 木	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	たまねぎ にんじん トマト にんにく	あぶら	トマトピューレー トマトケチャップ ハヤシルウ スープストック ワイン ペンヤメルソース ちゅうのうソース こしょう	690	和田中学校の リクエスト献 立です。
	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 でんぷん マヨネーズ ドレッシング		27.3	
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	みりん しょうゆ			
21 金	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	ちくわのカレーあげ	小麦	ちくわ		こむぎこ でんぷん あぶら	カレーこ	583	焼津自慢の 「ちくわ」をカ レー味の天 ぷらにしま す。
	あおじそゆかりあえ	ごま		キャベツ こまつな きゅうり	ごま	ゆかりこ 塩	24.7	
けんちんじる	大豆 小麦 鶏 さば ごま	とりにく とうふ	ごぼう にんじん ほししいたけ しろねぎ	さといも でんぷん ごまあぶら	しょうゆ かつおの素 みりん 塩			
24 月	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	メンチカツ	卵 乳 小麦 大豆 鶏 豚 ゼラチン	とりにく ぶたにく たまご だっしふんにゅう	たまねぎ	こむぎこ パンこ でんぷん さとう あぶら	しょうゆ 塩 香辛料	590	きんぴらごぼ うにはたくさ んの具材が 入っています 。
	きんぴらごぼう	豚 ごま 大豆 小麦	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 ごまあぶら	みりん しょうゆ わふうだしの素	20.1	
はるさめスープ	豚 鶏 大豆 小麦 ごま	ベーコン	チンゲンサイ たまねぎ たけのこ しょうが	はるさめ でんぷん	チキンブイヨン しょうゆ 塩 こしょう ちゅうかスープの素			

○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 バナナ 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			
25 火	こくとうパン	小麦 乳 大豆			パン こくとう		583		
	牛乳	乳	牛乳						
	わかどりのトマトソースに	大豆 鶏 りんご	とりにく		さとう	トマトケチャップ ウスターソース 塩 こしょう			
	カラフルサラダ (たまねぎドレッシング)	ドレ (りんご 小麦 大豆 鶏)		キャベツ きゅうり パプリカ	たまねぎドレッシング				
26 水	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	ベシメルソース スープストック 塩 こしょう	25.8	
	はんかんしらすごはん	小麦 大豆	しらす 牛乳		こめ	しょうゆ 酒 塩	635	やいちゃん ランチです。	
	くろはんぺんのいそべあげ	大豆 さば 小麦	くろはんぺん あおのり		こむぎこ でんぶん あぶら				
	やさいのソテー	豚 乳 鶏	ベーコン	こまつな キャベツ	バター	塩 こしょう コンソメスープ	24.6		
27 木	ふわふわたまごじる	小麦 大豆 卵 さば	たまご なたと わかめ	たまねぎ たけのこ にんじん	でんぶん	かつおの素 しょうゆ 塩			
	せわりパン	小麦 乳 大豆			パン				
	いちご&マーガリン			いちご	マーガリン さとう		603	鉄分がたっ ぶりのレバー が入ったマリ ネです。	
	とりにくとレバーのマリネ	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 酢 カレーこ			
	やさいのナムル	大豆 小麦 ごま		ほうれんそう もやし にんじん	ごま ごまあぶら	しょうゆ	25.4		
わかめスープ	大豆 小麦 ごま 鶏 豚	わかめ	キャベツ チンゲンサイ たまねぎ		ちゅうかさूपの素 チキンブイヨン しょうゆ オイスターソース 塩 こしょう				
ごはん				こめ					
28 金	牛乳	乳	牛乳				641	ほうれんそう のおひたしに はかつお節 がたっぷり入 ります。	
	さばのてりやき	さば 小麦 大豆	さば			しょうゆ みりん			
	ほうれんそうのおひたし	大豆 小麦	かつおぶし	もやし ほうれんそう にんじん	さとう	しょうゆ	24.8		
	じゃがいものみそしる	大豆 さば	みそ あぶらあげ	はねぎ たまねぎ	じゃがいも	にぼし さばうすけずり			



ご入学、ご進級おめでとございます！

こころこ
心を込めておいしい給食作り
と
に取り組んでいきます。
1年間よろしくお願ひします！



今年度も『やいちゃんランチ』を実施します♪



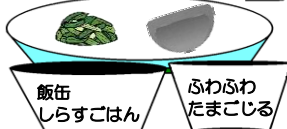
地元の食べ物をより深く知ってもらうために、焼津市でたくさんとれたり、昔から作られている食材を「焼津のじまんの食べ物」として積極的に使用しています。

「焼津のじまんの食べ物」11個のうち、3個以上を使った献立を「やいちゃんランチ」として提供します。

焼津のじまんの食べ物



野菜のソテー 黒はんぺん磯辺揚げ



今月のやいちゃんランチには、下記の3つの食材を「焼津のじまんの食べ物」として使っています。

- ★ しらす (飯缶しらすごはん)
- ★ 黒はんぺん (黒はんぺん磯辺揚げ) ※飯缶ご飯とは、個別のパックご飯ではなく、クラス別で食器によさうご飯のことです。
- ★ かつお節 (お浸し)

【 今月のやいちゃんランチ 】

給食のメニューを作ってみよう！～たけのこサラダの作り方～

＜ 材料 (4人分) ＞

- たけのこ水煮 …100g
- 下煮用調味料
- しょうゆ …小さじ1
- 砂糖 …小さじ1と1/2
- みりん …小さじ1
- ほうれん草 …80g
- にんじん …50g
- ごまドレッシング …適量



＜ 作り方 ＞

- たけのこは短冊切り、人参は千切りにしておく。
- 鍋にたけのこを入れ、下煮用調味料を加えて煮る。
- ほうれん草、にんじんをそれぞれゆでる。
ゆでたほうれん草は、3cmくらいの長さ切る。
- ②、③が冷めたら、ごまドレッシングであえる。