

平成29年5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	使われていいる食品とおもな働				エネルギー (Kcal)	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	たん白質(g)			
1月	ご飯				こめ		857	八十八夜と端午の節句にちなんだ献立です。		
	牛乳	乳	牛乳							
	竹輪のお茶揚げ	小麦	ちくわ		こむぎこ あぶら でんぷん	おちや				
	ゆかり和え			キャベツ きゅうり		ゆかりこ 塩				
	山菜汁	鶏 大豆	とりにく あぶらあげ	さんさい にんじん しめじ しろねぎ	でんぷん	しょうゆ かつおの素				
2月	柏もち	大豆			あずき みずあめ	塩	32.3	776	鮭の身が赤いのは、えびの仲間をえさにしてからです。	
さけの塩焼き	さけ	さけ			塩					
ごぼうサラダ(ごまドレッシング)	大豆 小麦	ごぼう きゅうり えだまめ にんじん		ごまドレッシング さとう	しょうゆ みりん					
新たまねぎのみそ汁	大豆 さば	とうふ みそ あぶらあげ	たまねぎ えのきたけ はねぎ		さばうすけずり にぼし					
8月	いわしのしょうが煮	小麦 大豆	いわし	しょうが	さとう でんぷん	みりん しょうゆ	840			30.8
浅漬け	大豆 小麦	こんぶ	キャベツ きゅうり		塩					
新じゃがの煮物	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 さけ わふうだしの素					
9月	お茶パン	小麦 乳 大豆			おちゃパン		832	31.6	焼津西小のリクエスト献立です。	
牛乳	乳	牛乳								
とり肉の照り焼き	鶏 大豆	とりにく		さとう でんぷん	しょうゆ す みりん 塩 こしょう					
ポテトサラダ(マヨネーズ)	マヨ(大豆 卵 りんご)	きゅうり にんじん		じゃがいも マヨネーズ	塩 こしょう					
10月	コンソメスープ	豚 大豆 小麦 鶏	ぶたにく	たまねぎ にんじん キャベツ しめじ		チキンブイヨン コンソメスープ しょうゆ 塩 こしょう		781	26.6	大村中のリクエスト献立です。
ご飯	乳	牛乳		こめ						
黒はんぺんフライ	さば 大豆 小麦	くろはんぺん		パンこ あぶら こむぎこ でんぷん						
ほうれん草のごま和え	大豆 小麦 ごま	ほうれんそう もやし にんじん		ごま さとう	しょうゆ					
11月	にらたま汁	卵 豚 小麦 大豆 鶏 ごま	たまご ぶたにく なた	たまねぎ にんじん にら	でんぷん	ちゅうかスープの素 しょうゆ 塩 こしょう		901	29.4	2種類のカレールーを使って味に深みを出しています。
飯缶ご飯	乳	牛乳		こめ						
チキンカレー	鶏 りんご 豚 大豆 小麦 乳	とりにく チーズ	たまねぎ にんじん りんご セロリー にんにく しょうが	じゃがいも あぶら	カレーフレーク チャツネ 中濃ソース スープストック こしょう					
オムレツ	卵 小麦 大豆	たまご		さとう でんぷん	かつおこんぶだし す みりん しょうゆ					
12月	ゆで野菜(青じそドレッシング)	ドレ(大豆 小麦 りんご 豚)	キャベツ きゅうり にんじん			あおじそドレッシング		721	31.3	ラーメンスープには、焼津の自慢の食べ物、なるとが入っています。
中華めん	小麦	ちゅうかめん								
豚骨しょうゆラーメン	豚 鶏 ごま 大豆 小麦	ぶたにく なると	チンゲンさい たまねぎ しろねぎ メンマ にんにく しょうが	でんぷん	キウイイン 醤油ラーメンスープ 豚骨ラーメンスープ さけ オイスターソース ちゅうかスープの素					
キャベツ入りつくね	鶏 豚	とりにく かつおぶし	キャベツ しょうが	でんぷん さとう	塩 香辛料					
15月	きゅうりの南蛮漬け	大豆 小麦 ごま	きゅうり		さとう ごま ごまあぶら	しょうゆ す いちみつがらし		771	37.9	あじは、今が旬の魚です。
ご飯	乳	牛乳		こめ						
あじのみりんしょうゆ焼き	小麦 大豆	あじ		さとう	しょうゆ					
お浸し	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					
16月	豚汁	豚 大豆 さば	ぶたにく とうふ みそ あぶらあげ	ごぼう にんじん こんにゃく しろねぎ		さばうすけずり にぼし		867	28.3	ラビオリは、肉や野菜を包んだパスタの仲間です。
ココアパン	小麦 乳 大豆	牛乳		ココアパン						
フィッシュナゲット	大豆 小麦 豚	あじ いとよりたい ぐち きんときだい こち	たまねぎ	でんぷん こむぎこ さとう あぶら	塩 しょうゆ 香辛料 ポークエキス					
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	さとう ごま あぶら	しょうゆ す 塩					
17月	ラビオリスープ	豚 鶏 小麦 大豆	ベーコン とりにく ぶたにく	たまねぎ チンゲンさい にんじん	こむぎこ パンこ さとう	チキンブイヨン コンソメスープ 塩 こしょう 香辛料		774	29.4	好みで、焼き肉とナムルをご飯にのせて食べてください。
ご飯	乳	牛乳		こめ						
焼き肉	豚 小麦 大豆 りんご	ぶたにく	たまねぎ にら りんご しょうが にんにく	さとう あぶら でんぷん	オイスターソース しょうゆ トウバンジャン					
ナムル	大豆 小麦 ごま	もやし ほうれんそう にんじん		ごま ごまあぶら	しょうゆ					
わかめスープ	大豆 卵 小麦 鶏 豚	とうふ たまご わかめ	たけのこ にんじん はねぎ	でんぷん	チキンブイヨン しょうゆ コンソメスープ 塩					

○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。

『魚』のマークは、魚介類を使ったメニューです。

『パン』のマークは、どんぶりが付くメニューです。

平成29年5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		
18 木	ツイストパン	小麦 乳 大豆			パン		809	桜えびは、焼津の自慢の食べ物の一つです。
	牛乳	乳	牛乳					
	桜えび入りコロッケ	えび 大豆 小麦	さくらえび	たまねぎ はねぎ	じゃがいも さとう あぶら パンこ こむぎこ コンスターチ	塩 しょうゆ こしょう		
	茎わかめサラダ (玉ねぎドレッシング)	ドレ(大豆 小麦 りんご 鶏)	くきわかめ	キャベツ にんじん	たまねぎドレッシング		31.7	
ポークビーンズ	豚 小麦 大豆 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 ワイン 中濃ソース スープストック			
19 金	ご飯				こめ		760	「やいちゃんランチ」です。 
	牛乳	乳	牛乳					
	かつおの角煮	大豆 小麦	かつお	しょうが	さとう	しょうゆ さけ みりん 塩 コンソメスープ こしょう		
	しらす入り 野菜炒め	鶏 豚 乳	ちくわ ちりめんじゃこ	こまつな もやし	バター			
	けんちん汁	大豆 さば 小麦 ご ま	とうふ	ごぼう にんじん だいこん しろねぎ ほししいたけ	さといも でんぶん ごまあぶら	しょうゆ かつおの素 みりん 塩	41.3	
オレンジ	オレンジ		オレンジ					
22 月	バーガーパン	小麦 乳 大豆			パン		808	かぼちゃは、体の抵抗力を高め、たくれるカロテンが豊富です。
	牛乳	乳	牛乳					
	ハンバーグ デミグラスソース	鶏 大豆 小麦 牛 豚	ぶたにく とりにく	たまねぎ	さとう じゃがいも あぶら	デミグラスソース ワイン トマトケチャップ 中濃ソース 塩 香辛料		
	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		31.9	
パンブキンポタージュ	乳 大豆 小麦 鶏	牛乳	たまねぎ かぼちゃ にんじん パセリ	バター なまクリーム	ベシヤメルソース 塩 スープストック こしょう			
23 火	飯缶桜ご飯	大豆 小麦			こめ	しょうゆ	847	ご飯に、たけのご飯の具を混ぜましょう。 
	牛乳	乳	牛乳					
	さばのこじ焼き	さば	さば		さとう	しおこじ みりん		
	たけのご飯の具	大豆 小麦	あぶらあげ	たけのこ れんこん にんじん ほししいたけ	さとう	しょうゆ みりん わふうだしの素	25.8	
小松菜のみそ汁	大豆 さば	とうふ みそ	だいこん たまねぎ 小松菜 しめじ		さばうすけずり にぼし			
24 水	ご飯				こめ		825	生揚げの中 華煮には、たくさんの野菜が入っています。
	牛乳	乳	牛乳					
	ポークしゅうまい	豚 小麦	ぶたにく	たまねぎ しょうが	パンこ でんぶん さとう こむぎこ	塩		
	即席漬け	大豆		だいこん きゅうり たくあんづけ しょうが		塩	31.6	
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	チンゲンさい たけのこ にんじん とうもろこし 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 ちゅうかスープの素 こしょう			
25 木	うどん	小麦			うどん		737	わかめは、春が旬の食べ物です。 
	牛乳	乳	牛乳					
	肉うどんつゆ	豚 大豆 小麦 さば	ぶたにく かまぼこ あぶらあげ	たまねぎ にんじん しろねぎ ほししいたけ	でんぶん	しょうゆ かつおの素 みりん にぼし 塩		
	いかの天ぷら	いか 小麦 大豆	いか		こむぎこ でんぶん あぶら	塩	35.1	
わかめときゅうりの酢の物	大豆 小麦	わかめ	きゅうり しょうが	さとう	しょうゆ す 塩			
26 金	ご飯 (梅ふりかけ)	(大豆 小麦 ごま)	かつおぶし		こめ ごま		772	切り干し大根には、食物繊維がたくさん含まれています。
	牛乳	乳	牛乳					
	ししゃものフリッター	小麦 大豆	ししゃも あおのり	しょうが	こむぎこ コーンフラワー あぶら	しょうゆ 塩		
	はりはり漬け	大豆 小麦 ごま		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	す しょうゆ	27.2	
若竹汁	鶏 大豆 小麦 さば	とりにく とうふ わかめ	たけのこ えのきたけ	でんぶん	しょうゆ かつおの素 みりん 塩			
29 月	ご飯				こめ		794	豆腐ハン バーグに大根おろしのタレをかけました。
	牛乳	乳	牛乳					
	ふんわり豆腐ハンバーグのおろしだれがけ	豚 乳 大豆 小麦	すけとうだら ひじき とうにゅう	たまねぎ えだまめ にんじん だいこん しょうが	パンこ さとう でんぶん あぶら	しょうゆ みりん 塩		
	野菜のアーモンド和え	大豆 小麦		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	26.1	
実だくさん汁	鶏 大豆 さば	とりにく みそ	しめじ ごぼう にんじん こんにゃく はねぎ	じゃがいも	さばうすけずり にぼし わふうだしの素			
30 火	背割りパン (いちごジャム)	小麦 乳 大豆			パン みずあめ さとう		842	小松菜は、カルシウムが豊富な野菜です。
	牛乳	乳	牛乳					
	ベーコンエッグ	卵 豚 乳 大豆 小麦	たまご ベーコン		さとう でんぶん	かつおこんぶだし す みりん しょうゆ 塩		
	野菜ソテー	大豆 小麦 鶏		キャベツ こまつな とうもろこし	あぶら	スープストック 塩 こしょう	32.2	
クリームシチュー	豚 乳 小麦 大豆 鶏	牛乳 ぶたにく	たまねぎ にんじん	じゃがいも なまクリーム あぶら	ベシヤメルソース 塩 スープストック こしょう			
31 水	ご飯				こめ		851	鶏レバーは、味噌の味や、ごまの香りで食べやすくしました。
	牛乳	乳	牛乳					
	とりレバーのみそがらめ	鶏 大豆 ごま	とりにく とりレバー みそ		でんぶん あぶら さとう ごま	みりん こしょう		
	もやしと小松菜ののり和え	大豆 小麦	のり	もやし こまつな にんじん	さとう	しょうゆ す	32.7	
いわし団子汁	大豆 さば 小麦	いわし すけとうだら	だいこん こんにゃく にんじん ごぼう しろねぎ しょうが	でんぶん さとう	しょうゆ かつおの素 塩			