





平成29年7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		
3 (月)	ごはん				こめ		635	キムタクご飯の具をご飯に混ぜて食べましょう。
	牛乳	乳	牛乳					
	キムタクごはんのぐ	豚 ごま 小麦 大豆 りんご さば	ぶたにく	たくあんづけ しろねぎ はくさいキムチ	ごまあぶら	しょうゆ		
	コーンフライ	小麦	とうもろこし		こむぎこ あぶら パンこ さとう	塩		
	かぼちゃのみそしる	大豆 さば	みそ あぶらあげ	はねぎ たまねぎ かぼちゃ		にほし さばうすけずり	20.4	
4 (火)	ごはん				こめ		653	やいちゃんランチです。 
	牛乳	乳	牛乳					
	くろはんぺんのアーモンドあげ	大豆 さば 小麦	くろはんぺん		こむぎこ でんぶん アーモンド あぶら			
	おひたし	大豆 小麦	かつおぶし	もやし ほうれんそう	さとう	しょうゆ		
	ちくぜんに	鶏 大豆 小麦	とりにく ちくわ	にんじん たけのこ 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	26.3	
5 (水)	げんまいいりパン	小麦 乳 大豆			パン げんまい		609	七夕献立です。ミネストローネの中には星型のマカロニが入ります。
	牛乳	乳	牛乳					
	ほしがたハンバーグ	鶏 豚 大豆	とりにく ぶたにく	たまねぎ しょうが にんにく	さとう あぶら	塩 香辛料		
	やさいとコーンのソテー	乳		こまつな キャベツ とうもろこし	バター	塩 こしょう		
	まめいりミネストローネ	大豆 豚 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	こめコマカロニ	塩 コンソメスープ こしょう		
	たなばたデザート	もも りんご 大豆		おうとう こんにやく りんご かんてん	さとう みずあめ		22.6	
6 (木)	ごはん				こめ		611	リクエスト献立 大井川東小学校のリクエスト献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	チーズいりメンチカツ	豚 乳 卵 小麦 大豆	ぶたにく チーズ たまご	たまねぎ	あぶら さとう ぼんこ こむぎこ でんぶん	塩 ナツメグ こしょう		
	きわかめサラダ (たまねぎドレッシング)	りんご 小麦 大豆 鶏	くきわかめ	キャベツ きゅうり	たまねぎドレッシング			
	はるさめスープ	小麦 大豆 鶏 ごま 豚	ベーコン	たまねぎ にんじん チンゲンサイ しめじ 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	20.0	
7 (金)	ごはん				こめ		577	
	牛乳	乳	牛乳					
	ブルコギ	豚 ごま 大豆 小麦 りんご	ぶたにく みそ	たまねぎ しろねぎ にんにく しょうが りんご	ごま ごまあぶら	しょうゆ トウバンジャン		
	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		
	わかめスープ	大豆 小麦 ごま 鶏 豚	なると わかめ とうふ	キャベツ たまねぎ チンゲンサイ		ちゅうかスープの素 チキンブイオン しょうゆ オイスターソース 塩 こしょう	22.9	
10 (月)	こくとうパン	小麦 乳 大豆			パン こくとう		652	枝豆は今が旬の野菜です。
	牛乳	乳	牛乳					
	あじフライ	小麦	あじ		こむぎこ パンこ あぶら	塩 こしょう		
	カラフルサラダ (イタリアドレッシング)			キャベツ きゅうり パプリカ	イタリアドレッシング			
	えだまめとポテトの クリームに	鶏 豚 乳 小麦 大豆	ぶたにく ベーコン 牛乳	にんじん たまねぎ えだまめ しめじ	じゃがいも 生クリーム あぶら	ベシャメルソース 塩 こしょう コンソメスープ	26.6	
11 (火)	はんかんごはん				こめ		667	カレーの中にはたくさんの夏野菜が入ります。 
	牛乳	乳	牛乳	なす ビーマン たまねぎ にんじん さやいんげん セロリ トマト かぼちゃ にんにく しょうが		カレーブレイク 中のうソース スープストック ワイン こしょう カレー粉		
	なつやさいのカレー	豚 鶏 乳 りんご 小麦 大豆 えび	ぶたにく えび		あぶら			
	トマトオムレツ	卵 鶏 大豆	たまご	トマト	でんぶん さとう あぶら	トマトケチャップ 酢 塩 チキンエキスパウダー 香辛料		
	フルーツあえ			あまなつみかんかんづめ パイナップルかんづめ			23.2	
12 (水)	ごはん				こめ		570	パンサンスーは中華風の酢の物です。
	牛乳	乳	牛乳					
	いかのチリソースあえ	いか 小麦 大豆 りんご 鶏 ごま	いか	しろねぎ しょうが にんにく えだまめ	ごまあぶら さとう	トマトケチャップ チリソース		
	パンサンスー	大豆 小麦 ごま		キャベツ にんじん きゅうり	はるさめ さとう ごま ごまあぶら	しょうゆ 酢 塩 ようからし		
	チンゲンサイのスープ	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 えのきだけ		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	26.4	
13 (木)	ちゅうかめん	小麦			ちゅうかめん		581	
	牛乳	乳	牛乳					
	しおラーメンスープ	大豆 鶏 豚	ぶたにく なると	キャベツ にんじん チンゲンサイ しろねぎ しめじ メンマ	あぶら	しおラーメンの素 酒 チキンブイオン		
	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	こむぎこ でんぶん さとう	チキンブイオン 塩 香辛料		
	そくせきづけ	大豆 ごま		だいこん きゅうり たくあんづけ しょうが	ごま	塩	25.8	
14 (金)	ごはん				こめ		598	焼津中学校のリクエスト献立です。
	牛乳	乳	牛乳					
	ぶたにくのしょうがやき	豚 大豆 小麦	ぶたにく	しょうが	さとう でんぶん	みりん しょうゆ 香辛料		
	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 こまつな	さとう ごまドレッシング	みりん しょうゆ		
	トマトとたまごのスープ	鶏 豚 卵	ベーコン たまご	たまねぎ にんじん トマト パセリ	でんぶん	塩 こしょう コンソメスープ	21.2	

○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		
18 (火)	ごはん(わかめふりかけ)	乳	牛乳		こめ	わかめふりかけ	680	さばは焼津自慢の食べものです。
	牛乳							
	さばのこうじづけ	さば	さば		こめ	塩 酒		
	はりはりづけ	大豆 小麦 ごま		きりぼしだいこん にんじん きゅうり	ごまあぶら さとう	酢 しょうゆ	27.0	
	とんじる	豚 大豆 さば	ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	こんにやく だいこん にんじん ごぼう はねぎ		にぼし さばうすけずり		
19 (水)	せわりパン	小麦 乳 大豆			パン		619	コロッケにはモンゴルの衣装を着たやいちゃんプリントされています。
	いちごジャム			いちご	みずあめ さとう			
	牛乳	乳	牛乳					
	やいちゃんコロッケ	小麦	なまりぶし	たまねぎ	じゃがいも パンこ さとう こむぎこ こめこ あぶら	塩 ブイヨン 香辛料	21.7	
	キャベツサラダ	大豆 小麦		キャベツ こまつな にんじん	さとう あぶら	しょうゆ 酢 塩		
	とうがんのカレースープ	小麦 乳 豚 鶏 大豆 りんご	ぶたにく	たまねぎ にんじん とうがん さやいんげん にんにく パセリ	あぶら	カレーフレーク カレー粉 塩 スーフストック チキンブイヨン		
20 (木)	ごはん	乳	牛乳		こめ		666	鶏のレバーには鉄がたくさん入っています。
	牛乳							
	レバーいりユーリンチー	鶏 大豆 小麦 ごま	とりにく とりレバー	しろねぎ	でんぶん あぶら ごまあぶら さとう	いちみとうがらし しょうゆ 酢	28.1	
	あさづけ	大豆 小麦	こんぶ	キャベツ きゅうり		塩 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		
	ちゅうかスープ	小麦 大豆 豚 鶏 ごま 卵	ぶたにく なるとうずらたまご	にんじん こまつな もやし メンマ しろねぎ				
21 (金)	フッフタリヤニー・タルハスー	小麦 乳 大豆			パン ライむぎ		655	モンゴルでよく食べられている家庭料理です。
	ポーズ	鶏 牛 小麦 大豆	とりにく 牛にく ひつじにく	たまねぎ たけのこ しらたき しょうが にんにく	こむぎこ さとう コーンスターチ	しょうゆ 塩 ナツメグ こしょう		
	ニースレル・サラダ	マヨ(大豆 りんご 卵)		きゅうり にんじん とうもろこし	じゃがいも マヨネーズ	こしょう 塩	26.6	
	ノゴート・シュル	豚 鶏	ぶたにく ウインナー	たまねぎ にんじん キャベツ セロリ さやいんげん マッシュルーム		チキンブイヨン コンソメスープ 塩 こしょう		
	タラグ	乳 ゼラチン	ヨーグルト		さとう			
		フッフタリヤニー・タルハスー			ライ麦パン (主食はパンやナンを食べることが多いです。)			
	ポーズ			牛乳 (牛のほか、馬やラクダからとれる乳も飲んでいきます。)				
	ニースレル・サラダ			小龍包 (モンゴルでよく食べられる、マトン (羊の肉) が入っています。)				
	ノゴート・シュル			ポテトサラダ (じゃがいもや野菜をサイコロ状に切っているのが特徴です。)				
	タラグ			野菜スープ (いろいろな野菜を入れてよく煮込みます。)				
				ヨーグルト (モンゴルでは乳製品をたくさん食べます。)				

焼津市学校給食センター 見学会のご案内

焼津市学校給食センターでは、調理作業を実施してない夏季休業中に調理場内の一般公開をします。今年度も、給食に関して広く知り理解を深めてもらうために、小中学校の児童生徒や保護者の方などを対象に施設見学を下記の通り実施いたします。お気軽にお越しください。

- 日時 7月27日(木) 1回目: 9時00分~10時00分
2回目: 10時30分~11時30分
- 内容 ①施設概要説明
DVDにて、普段の調理作業の様子を見ていただきます。
②調理場内見学
約12,000食分を作る給食センターならではのさまざまな調理器具や機械を間近に見たり、撮影したりすることができます。
- 申し込み等
 - 申し込み手続きは必要ありません。直接、給食センターにお越しください。
 - 小学生は保護者同伴でご参加ください。
 - 駐車場は、駐車台数に限りがあるため、車でこまめの際は、極力乗り合いにてお越しください。
 - 参加費は無料です。

【焼津市学校給食センター】《担当 太向》
焼津市大島1746 TEL054(624)6660

モンゴルってどんな国?

2020年東京オリンピック・パラリンピックの「モンゴル国事前合宿」が焼津市で行われるのに合わせて、モンゴルでよく食べられているメニューを、給食に取り入れていきます。みんなでモンゴルに関する知識を深めて行きましょう。



モンゴルの食文化

「赤い食べ物」と呼ばれる肉と「白い食べ物」と呼ばれる乳製品がよく食べられています。主食は小麦や米が多いです。

赤い食べ物 (肉料理)



羊肉をよく食べます。煮込み料理のほか、小麦で作った皮に包んで蒸して食べる料理が多いです。

白い食べ物 (乳製品)



バターのようなクリーム状の「ウルム」、チーズの様な固形状の「アーロール」など、たくさんの種類があります。