

# 平成29年7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		
3 (月)	ごはん				こめ		570	パンサンサー 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		
	パンサンサー	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		
4 (火)	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	
	げんまいいりパン	小麦 乳 大豆			パン げんまい			
	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		
5 (水)	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	22.6	七タ献立で す。ミネス トローネの中 には星型のマ カロニが入り ます。
	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			
	ごはん				こめ			
6 (木)	牛乳	乳	牛乳				653	やいちゃん ランチです。
	くろはんべんの アーモンドあげ	大豆 さば 小麦	くろはんべん		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 ほししいたげ 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		
7 (金)	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		
8 (土)	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	
	ごはん				こめ			
	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 ほうさいキムチ	ごまあぶら	しょうゆ		
9 (日)	コーンフライ	小麦 大豆		とうもろこし	こむぎこ あぶら パンこ さとう	塩	20.4	キムタクご飯 の具をご飯に 混ぜて食べ ましょう。
	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		にぼし さばうすけずり		
	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
10 (月)	リクエスト 献立						598	焼津中学校の リクエスト 献立です。
	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		
11 (火)	ごはん				こめ		619	コロケには モンゴルの衣 装を着たや いちゃんがプ リントされて います。
	牛乳	乳	牛乳					
	いちごジャム		いちご		みずあめ さとう			
	やいちゃんコロケ	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 ブイオン 香辛料		
12 (水)	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	21.7	
	とうがんのカレースープに	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 チキンブイオン		
	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
13 (木)	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	611	大井川東小 学校のリクエ スト献立で す。
	くきわかめサラダ (たまねぎドレッシング)	ドレ (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		
	フッフタリヤニー・タルハ スー	小麦 乳 大豆			パン ライむぎ			
13 (木)	牛乳	乳	牛乳				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 しろたき 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		
	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		チキンブイオン コンソメスープ 塩 こしょう		
13 (木)	タラグ	乳 ゼラチン	ヨーグルト		さとう		26.6	
	フッフタリヤニー・タルハ			ライ麦パン (主食はパンやナンを食べることが多いです。)				
	スー			牛乳 (牛のほかに、馬やラクダからとれる乳も飲んでます。)				
	ポーズ			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。)				
ニースレル・サラダ			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。)					
ノゴート・シュル			野菜スープ (いろいろな野菜を入れてよく煮込みます。)					
タラグ			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		
14 (金)	ごはん	乳	牛乳		こめ		577	
	牛乳	乳	牛乳					
	ブルコギ	豚 小麦 大豆 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 チキンブイヨン しょうゆ オイスターソース 塩 こしょう	22.9	
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	乳	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		
	とんじる	豚 大豆 さば	ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	こんにゃく だいこん にんじん ごぼう はねぎ		にぼし さばうすけずり	27.0	
19 (水)	こくとうパン	小麦 乳 大豆			パン こくとう		652	枝豆は今は 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			
	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	ベシヤメルソース 塩 こしょう コンソメスープ	26.6	
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	乳	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	でんぷん あぶら ごまあぶら さとう	いちみとうがらし しょうゆ 酢		
	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 なたとう うずらたまご	にんじん こまつな もやし メンマ しろねぎ			28.1	
21 (金)	はんかנגおはん	乳	牛乳		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	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	あぶら	カレーフレーク 中のうソース スープストック ワイン こしょう カレー粉		
	トマトオムレツ	卵 鶏 大豆	たまご	トマト	でんぷん さとう あぶら	トマトケチャップ 酢 塩 チンエキスパウダー 香辛料		
	フルーツあえ			あまなつみかかんづめ パイナップルかんづめ			23.2	



## 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、車でこ来場の際は、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。



モンゴル衣装のやいちゃん



## モンゴルの食文

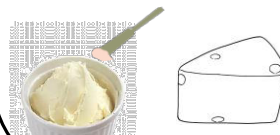
「赤い食べ物」と呼ばれる肉と「白い食べ物」と呼ばれる乳製品がよく食べられています。主食は小麦や米が多いです。

### 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。