


平成29年7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 | | |
| 3 (月) | 背割りパン | 小麦 乳 大豆 | | | パン | | 796 | コロックには 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。 |
| | いちごジャム | | いちご | | みずあめ さとう | | | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | やいちゃんコロック | 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 あぶら | 塩 ブイオン 香辛料 | | |
| 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 | 27.6 | | |
| とうがんのカレースープ煮 | 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 | | | |
| 4 (火) | ご飯 | | | | こめ | | 759 | 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 | 32.5 | | |
| 5 (水) | 中華めん | 小麦 | | | ちゅうかめん | | 787 | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | 塩ラーメンスープ | 大豆 鶏 豚 | ぶたにく なた | 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 | | |
| 即席漬け | 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 | | | |
| 6 (木) | ご飯 | | | | こめ | | 830 | やいちゃん ランチです。 |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | 黒はんぺんの アーモンド揚げ | 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 | | | |
| | お浸し | 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 | | |
| 筑前煮 | 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 | 31.4 | | |
| 7 (金) | ご飯 | | | | こめ | | 767 | |
| | 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 | | |
| | 野菜のナムル | 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 | なた 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 | 28.5 | | |
| 10 (月) | 玄米入りパン | 小麦 乳 大豆 | | | パン げんまい | | 817 | 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 | | | | | |
| | 星型ハンバーグ | 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 | | |
| | 野菜とコーンのソテー | 乳 | | こまつな キャベツ とうもろこし | バター | 塩 こしょう | | |
| | 豆入りミネストローネ | 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 | こめごまカロニ | 塩 コンソメスープ こしょう | | |
| 七夕デザート | 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 | | 30.1 | | |
| 11 (火) | ご飯 | | | | こめ | | 783 | 焼津中学校 のリクエスト 献立です。 |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | 豚肉のしょうが焼き | 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 | | |
| トマトと卵のスープ | 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 | | | |
| 12 (水) | フッフタリヤニー・タルハ スー | 小麦 乳 大豆 | | | パン ライむぎ | | 847 | モンゴルでよ く食べられて いる家庭料理 です。 |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | 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 | | |
| | 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 | | |
| タラグ | 乳 ゼラチン | ヨーグルト | | さとう | | 33.7 | | |
|  <p>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。)</p> <p>スー →→→→→ 牛乳 (牛のほか、馬やラクダからとれる乳も飲んでます。)</p> <p>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。)</p> <p>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。)</p> <p>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。)</p> <p>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。)</p> | | | | | | | | |
| 13 (木) | ご飯 | | | | こめ | | 801 | 大井川東小 学校のリクエ スト献立で す。 |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | チーズ入りメンチカツ | 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 ばんこ こむぎこ でんぶん | 塩 ナツメグ こしょう | | |
| | まわかめサラダ (玉ねぎドレッシング) | ドレ (りんご 小麦 大豆 鶏) | くわかめ | キャベツ きゅうり | たまねぎドレッシング | | | |
| 春雨スープ | 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 | 23.9 | | |

○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 | | |
| 14 (金) | ご飯 | | | | こめ | | 865 | 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 | | | | | |
| | キムタクご飯の具 | 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 大豆 | | とうもろこし | こむぎこ あぶら パンこ さとう | 塩 | | |
| | かぼちゃのみそ汁 | 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 | | |
| 18 (火) | 黒糖パン | 小麦 乳 大豆 | | | パン こくとう | | 853 | 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 | | | |
| | 枝豆とポテトの クリーム煮 | 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 | | |
| 19 (水) | ご飯(わかめふりかけ) | | | | こめ | わかめふりかけ | 884 | さばは焼津自慢の食べものです。 |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | さばのこうじ漬け | さば | さば | | こめ | 塩 酒 | | |
| | はりはり漬け | 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 | | |
| | 豚汁 | 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 | | |
| 20 (木) | 飯缶ご飯 | | | | こめ | | 887 | 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 ピーマン 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 | | |
| | 夏野菜のカレー | 豚 鶏 乳 りんご 小麦 大豆 えび | ぶたにく えび | | | | | |
| | 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 | | | |  |
| 21 (金) | ご飯 | | | | こめ | | 878 | 鶏のレバーには鉄がたくさん入っています。 |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | レバー入りユーリンチー | 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 | いちみつとうがらし しょうゆ 酢 | | |
| | 浅漬け | 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 | | |
| | 中華スープ | 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 | | | | |

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、車でご来場の際は、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。

