












平成30年 2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		
1 木	ごはん				こめ		673	節分の献立 です。
	牛乳	乳	牛乳					
	いわしのかばやき 	小麦 大豆	いわし		さとう あぶら でんぷん	しょうゆ みりん		
	いそかあえ	小麦 大豆	もみり	ほうれんそう キャベツ	さとう	しょうゆ		
	とんじる	豚 さば 大豆	ぶたにく とうふ みそ	こんにやく ごぼう にんじん だいこん しろねぎ		にぼし さばうすけずり		
ふくまめ	大豆 小麦	だいず あおさ		もちごめ さとう でんぷん	しょうゆ	27.4		
ココアパン	小麦 乳 大豆			パン	ココア			
牛乳	乳	牛乳						
にくだんごの デミグラスソース	豚 鶏 小麦 大豆 牛	ぶたにく とり	たまねぎ	パンこ でんぷん さとう	塩 トマトケチャップ ワイン デミグラスソース ちゅうのうソース 香辛料			
くきわかめサラダ (ナムルドレッシング)	ドレ(ごま 大豆 鶏 豚 小麦)	くきわかめ	キャベツ きゅうり にんじん	ナムルドレッシング				
チンゲンサイの クリームに	鶏 乳 大豆 小麦	とりにく 牛乳	チンゲンさい にんじん たまねぎ とうもろこし しめじ	あぶら	ペンシメルソース こしょう スープストック 塩 チキンブイヨン	622		
ごはん				こめ				
牛乳	乳	牛乳						
とりそぼろどんのぐ	鶏 卵 小麦 大豆	とりにく たまご	えだまめ しょうが	さとう	しょうゆ みりん			
ゆかりあえ			キャベツ きゅうり		塩 ゆかりこ			
けんちんじる	小麦 大豆 さば ごま	とうふ あぶらあげ	ごぼう にんじん しろねぎ ほししいたけ	さといも でんぷん ごまあぶら	かつおのもと しょうゆ みりん 塩	28.1	とりそぼろ井 の具はごは んにまぜて食 べましょう。	
せわりパン	小麦 乳 大豆			パン				
りんごジャム	りんご			ジャム				
牛乳	乳	牛乳						
かつおフライ 	小麦 大豆	かつお		でんぷん パンこ こむぎこ	塩			
しらすいりやさいソテー 	鶏 豚 乳	ちりめんじゃこ	こまつな もやし とうもろこし	バター	塩 こしょう コンソメスープ	583	「やいちゃん ランチ」です。 	
まめいりミネストローネ	鶏 豚 小麦	ベーコン	たまねぎ にんじん セロリ トマト にんにく パセリ	マカロニ しろいんげんまめ	塩 コンソメスープ こしょう			
ごはん				こめ				
牛乳	乳	牛乳						
レバーいりユーリンチー	鶏 小麦 大豆 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	いちみつとうがらし しょうゆ す			
ひじきサラダ(ごまドレッシング)	小麦 大豆 ドレ(大豆 小麦 小麦 ごま)	ひじき	たけのこ にんじん	さとう ごまドレッシング	みりん しょうゆ	680	大井川中学 校のリクエスト 献立です。	
わかめスープ 	鶏 小麦 大豆 ごま 豚	なると とうふ わかめ	キャベツ たまねぎ チンゲンサイ		チキンブイヨン しょうゆ ちゅうかスープのもと 塩 オイスターソース こしょう			
りんご	りんご		りんご					
ソフトめん	小麦			ソフトめん				
牛乳	乳	牛乳						
ナポリタンソース	豚 乳 小麦 大豆 鶏	とりにく ベーコン	たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト にんにく	あぶら	トマトケチャップ ハヤシルウ ちゅうのうソース スープストック ワイン 塩 こしょう	635	えびが入った グラタンで す。 	
えびグラタン 	乳 小麦 えび 卵 大豆 牛	乳 チーズ えび	たまねぎ にんじん とうもろこし マッシュルーム	マカロニ こむぎこ あぶら バター マーガリン	塩 香辛料			
だいこんサラダ (たまねぎドレッシング)	ドレ(りんご 小麦 大豆 鶏)		だいこん きゅうり はだいこん	たまねぎドレッシング				
ごはん				こめ				
牛乳	乳	牛乳						
とうふハンバーグ きのこあんかけ	小麦 大豆 鶏 豚	とりにく とうふ	えのき しめじ たまねぎ	さとう でんぷん	しょうゆ みりん	581	かきたま汁は かつお節とき ば節でだしを とっています。	
やさいのごまあえ	ごま 小麦 大豆		ほうれんそう にんじん キャベツ もやし	ごま さとう	しょうゆ			
かきたまじる 	卵 小麦 大豆 さば	なると たまご わかめ	たけのこ にんじん たまねぎ	でんぷん	かつおのもと しょうゆ 塩			
ごはん				こめ				
牛乳	乳	牛乳						
すき焼き	豚 小麦 大豆	ぶたにく やきどうふ	はくさい にんじん しろねぎ えのき こんにやく	あぶら さとう	しょうゆ みりん さけ	638	すき焼きは いろいろな具材 をじっくり煮 込んでうまみ を出します。	
あつやきたまご	卵 大豆 小麦	たまご		さとう あぶら でんぷん	す みりん かつおだし しょうゆ			
そくせきつけ	小麦		キャベツ きゅうり たくあんづけ しょうが					
ミルクパン	小麦 乳 大豆	牛乳		パン				
牛乳	乳	牛乳						
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	塩 香辛料	679	ハート型のハ ンバーグと チョコレート デザートでバ レンタインの 献立です。	
ポテトサラダ(マヨネーズ)	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	塩 こしょう			
はくさいスープ	鶏 豚 小麦 大豆	ベーコン	たまねぎ にんじん はくさい こまつな	こめこ さとう あぶら みずあめ	塩 こしょう しょうゆ コンソメスープ			
チョコレートデザート	大豆	とうにゅう			ココアパウダー			
ごはん				こめ				
さけふりかけ	さけ 大豆 ごま				ふりかけ	593	黒はんぺん のお茶フライ はセンターで の手作りで す。	
牛乳	乳	牛乳						
くろはんぺんのお茶フライ 	小麦 さば 大豆	くろはんぺん		こむぎ ばんこ あぶら	茶			
カラフルサラダ (イタリンドレッシング)			キャベツ きゅうり パプリカ	イタリンドレッシング	チキンブイヨン しょうゆ こしょう ちゅうかスープのもと 塩			
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 チンゲンさい しめじ しょうが	はるさめ				

○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		
16 金	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	みそおでん	さば 小麦 大豆	くろはんぺん ちくわ こんぶ みそ	にんじん だいこん こんにゃく	じゃがいも さとう	しょうゆ わふうだしのもと	583 みそおでんには焼津自慢の練り製品が入っています。	
	なっとう	大豆 小麦		なっとう		なっとうのたれ からし	23.0	
	こまつなのアーモンドあえ	小麦 大豆		こまつな もやし	アーモンド さとう	しょうゆ		
19 月	アップルパン	小麦 乳 大豆 りんご		りんご	パン			
	牛乳	乳	牛乳					
	ハムチーズフライ	豚 鶏 大豆 乳 小麦		ソーセージ チーズ	パンこ こむぎこ あぶら		649 レタス入りのスープです。いつもとは違う食感を楽しんで下さい。	
	ごぼうサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 ドレ(ごま 小麦 大豆)		ごぼう きゅうり にんじん えだまめ	さとう ごまドレッシング	しょうゆ みりん	23.2	
	レタススープ	小麦 大豆 鶏 豚 卵	ベーコン たまご	レタス チンゲンさい たまねぎ	でんぷん	スープストック こしょう 塩 しょうゆ		
20 火	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	いかのチリソースあえ	いか ごま 小麦 大豆 りんご 鶏	いか	しろねぎ えだまめ にんにく しょうが	さとう ごまあぶら	トマトケチャップ チリソース	605 華風和えに入っているほうれん草は、冬に旬を迎えます。	
	かふうあえ	小麦 大豆 ごま		ほうれんそう にんじん もやし	はるさめ さとう ごまあぶら ごま	しょうゆ す 塩	29.3	
	ちゅうかスープ	小麦 大豆 鶏 ごま 豚 卵	ぶたにく うずらたまご なると	にんじん キャベツ しろねぎ メンマ		チキンフイオン こしょう ちゅうかスープのもと オイスターソース 酒 塩		
21 水	ちゅうかめん 牛乳(コーヒーのもと)	小麦			ちゅうかめん コーヒーのもと			
	牛乳	乳	牛乳					
	キムチラーメンスープ	りんご 小麦 大豆 鶏 豚 ごま さば	ぶたにく なると	にんじん はくさいキムチ キャベツ しめじ しろねぎ メンマ チンゲンさい しょうが にんにく		みそラーメンのもと チキンフイオン	610 キムチラーメンで体の中から温まりましょう。	
	かにしゅうまい	小麦 かに 豚	スケソウダラ かに	たまねぎ しょうが	こむぎこ でんぷん さとう	塩 こしょう	26.1	
	やさいのナムル	小麦 大豆 ごま		ほうれんそう もやし	ごま ごまあぶら	しょうゆ		
22 木	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	わかどりのからあげ	鶏 小麦 大豆 ごま	とりにく	しょうが	ごまあぶら でんぷん あぶら	しょうゆ	662 から揚げはセンターでの手作りです。	
	きりぼしだいこんの いために	小麦 大豆 ごま	あぶらあげ	きりぼしだいこん にんじん ほししいたけ さやいんげん	さとう ごまあぶら	みりん しょうゆ わふうだしのもと	28.1	
	つみれじる	さば 大豆	いわし みそ	だいこん にんじん はねぎ ごぼう こんにゃく しょうが		かつおのもと さばうすけずり		
23 金	はんかんごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	チキンカレー	鶏 小麦 乳 りんご 大豆	とりにく	にんじん たまねぎ にんにく しょうが	じゃがいも あぶら	中濃ソース こしょう チョップ カレーフレーク スープストック	662 ブロッコリーは今の旬の野菜です。	
	チーズオムレツ	卵 乳 大豆	たまご チーズ		でんぷん あぶら さとう	塩 す	22.7	
	ブロッコリーのおかかあえ	小麦 大豆	かつおぶし	キャベツ ブロッコリー	さとう	しょうゆ 塩		
26 月	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	さんまのおろしに	小麦 大豆	さんま	だいこん	さとう でんぷん	しょうゆ みりん 塩	571 さんまのおろし煮は骨まで食べられます。	
	わかめときゅうりの すのもの	小麦 大豆	わかめ	きゅうり とうもろこし しょうが	さとう	しょうゆ 塩 す	22.2	
	かぼちゃのみそしる	さば 大豆	あぶらあげ みそ	たまねぎ にんじん はねぎ かぼちゃ		にぼし さばうすけずり		
27 火	こくとうパン	小麦 乳 大豆			パン くらざとう			
	牛乳	乳	牛乳					
	チキンナゲット	鶏 小麦 乳 大豆	とりにく だっしふんにゅう		こむぎこ でんぷん あぶら	塩 チキンコンソメ しょうゆ 香辛料 塩	621 焼津東小学校のリクエスト献立です。	
	かいそうサラダ (あおじそドレッシング)	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	27.0	
	チリコンカーン	豚 乳 小麦 大豆	ぶたにく だいず	たまねぎ にんじん パセリ	あぶら	トマトケチャップ ワイン チリミックス こしょう ちゅうのうソース 塩		
28 水	ごはん				こめ			
	牛乳	乳	牛乳					
	さばのてりやき	さば 大豆 小麦	さば		さとう	しょうゆ みりん	702 冬の大豆は甘みが増しておいしくなっています。	
	スパゲティーサラダ (マヨネーズ)	小麦 マヨ(大豆 りんご 卵)		キャベツ きゅうり にんじん	スパゲティー マヨネーズ	塩	24.8	
	だいこんのそぼろあん	豚 ごま 大豆 小麦	ぶたにく	だいこん にんじん たまねぎ えだまめ しょうが	さとう でんぷん ごまあぶら	さけ しょうゆ わふうだしのもと		



2月3日は
節分です!

節分は、もともと立春・立夏・立秋・立冬の前日のことで、「季節を分ける」節目となる日です。現在では、特に立春の前日のことをさし、豆まきをして鬼(邪気)をはらう行事などが行われます。



せつ ぶん たい もの
節分にまつわる食べ物



いり大豆を「鬼は外、福は内」と唱えながらまき、自分の年の数(または年の数+1粒)だけ食べて、1年の健康や無事を祈ります。



ヒラギの枝に、焼いたイワシの頭を刺した「ヤイカガシ(ヒラギイワシ)」を家の玄関などにつらし、鬼を追い払います。焼いたイワシを食べる地域もあります。



巻きずしを切らずに、その年の恵方(歳神様のいる縁起の良い方向。2018年は南南東)を向いて無言のままかじって食べます。切らないのは「縁を切らない」ためとされます。