





| 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 | | |
| 9 木 | ごはん | | | | 米 | | 619 | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | あじのこうじやき | | あじ | | | 塩こうじ | | |
| | こまつなともやしの のりあえ | ごま 小麦 大豆 | のり | こまつな もやし にんじん | ごま さとう | しょうゆ す | | |
| にくじゃが | 豚 小麦 大豆 | ぶたにく | にんじん たまねぎ こんにやく さやいんげん | じゃがいも さとう 油 | しょうゆ さけ わふうだしのもと | | | |
| 10 金 | ごはん | | | | 米 | | 582 | 小川中学校 のリクエスト 献立です。 |
| | わかめふりかけ | リクエスト 献立 | | | | ふりかけ | | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | こもちししゃもフライ | 小麦 大豆 | こもちししゃも | | パンこ でんぶん こむぎこ 油 | 塩 こしょう | | |
| はりはりづけ | ごま 小麦 大豆 | | きりぼしだいこん にんじん きゅうり | ごま油 さとう | す しょうゆ | | | |
| ちゅうかスープ | 豚 鶏 ごま 大豆 小麦 | ぶたにく なんと | にんじん たまねぎ チンゲンさい とうもろこし しろねぎ | | チキンブイオン ちゅうかスープのもと さけ 塩 こしょう オイスターソース | | | |
| 13 月 | ごはん | | | | 米 | | 575 | ブルコギとは タレに漬けた 肉や野菜を 鉄鍋や鉄板で 焼く韓国の 料理です。 |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | ブルコギ | 豚 ごま 小麦 大豆 りんご | ぶたにく みそ | しょうが にんにく しろねぎ たまねぎ りんご | ごま油 | しょうゆ トウバンジャン | | |
| | ナムル | ごま 小麦 大豆 | | ほうれんそう にんじん もやし | ごま ごま油 | しょうゆ | | |
| ワンタンスープ | 鶏 豚 ごま 小麦 大豆 卵 | ぶたにく たまご みそ | にんじん たまねぎ キャベツ しょうが | こむぎこ でんぶん 油 ごま油 | ちゅうかスープのもと さけ チキンブイオン 塩 しょうゆ | | | |
| 14 火 | メープルパン | 小麦 乳 大豆 | | | パン メープルシュガー | | 640 | トマトと卵の スープには、 焼津で作ら れたトマトが 入っています。 |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | わかどりのてりやき | 鶏 大豆 | とりにく | | さとう みずあめ | しょうゆ みりん す 塩 こしょう | | |
| | マカロニサラダ (マヨネーズ) | 小麦 マヨ(卵 大豆 りんご) | | キャベツ きゅうり にんじん | マカロニ マヨネーズ | 塩 こしょう | | |
| トマトとたまごのスープ | 豚 卵 鶏 | ベーコン 卵 | 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 | | | |
| 15 水 | さくらごはん | 小麦 大豆 | | | 米 | しょうゆ 塩 | 653 | 入学・進級お 祝いの献立 です。 |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | メンチカツ | 豚 小麦 大豆 | ぶたにく | たまねぎ | さとう でんぶん パンこ こむぎこ 油 | 塩 こしょう ナツメグ | | |
| | なのはなのおかかあえ | 小麦 大豆 | かつおぶし | なのはな キャベツ にんじん | さとう | しょうゆ | | |
| | わかたけじる | 鶏 大豆 さば 小麦 | とりにく とうふ わかめ | たけのこ にんじん えのきたけ | | かつおのもと しょうゆ みりん 塩 | | |
| おいわいデザート | 大豆 | とうにゆう | いちご | さとう みずあめ 油 | | | | |
| 16 木 | ちゅうかめん | 小麦 リクエスト 献立 | 乳 | 牛乳 | めん | | 610 | 東益津小学 校のリクエスト 献立です。 |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | しおラーメンスープ | 小麦 大豆 鶏 豚 | ぶたにく なんと わかめ | チンゲンさい にんじん もやし しろねぎ メンマ とうもろこし | | しおラーメンのもと さけ チキンブイオン | | |
| | あげぎょうざ | 小麦 大豆 鶏 豚 | ぶたにく とりにく | キャベツ たまねぎ しょうが | こむぎこ パンこ さとう でんぶん 油 | しょうゆ 塩 こしょう | | |
| ほうれんそうのごまあえ | ごま 小麦 大豆 | | ほうれんそう にんじん キャベツ | ごま さとう | しょうゆ | | | |
| 17 金 | はんかすめし | | | | 米 さとう | す 塩 | 622 | さわらは春が 旬のお魚で す。 |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | さわらのさいきょうやき | 大豆 | さわら みそ | | さとう | さけかす 塩 | | |
| | ごもぐすしのぐ | 小麦 大豆 | 油あげ | れんこん にんじん たけのこ わかししいたけ | さとう | しょうゆ みりん わふうだしのもと | | |
| | すましじる | 小麦 大豆 さば | とうふ かまぼこ | ほうれんそう にんじん えのきたけ | | しょうゆ みりん 塩 かつおのもと | | |
| ひなあられ | | | | もち米 さとう でんぶん | | | | |
| 20 月 | ごはん | | | | 米 | | 696 | 港小学校の リクエスト献 立です。 |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | さわらのレモン しょうゆあえ | 大豆 小麦 | さわら | たまねぎ レモン | 油 さとう でんぶん | しょうゆ | | |
| | たけのこサラダ (ごまドレッシング) | 小麦 大豆 ドレ(ごま 小麦 大豆) | | たけのこ こまつな にんじん | さとう ごまドレッシング | しょうゆ みりん | | |
| とんじる | 豚 大豆 さば | 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 | | さばうすけずり にぼし | | | |
| 21 火 | ミルクパン | 小麦 乳 大豆 | 牛乳 | | パン さとう マーガリン | | 595 | 和田中学校 のリクエスト 献立です。 |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | チキンのハーブやき | 小麦 大豆 鶏 | とりにく | | でんぶん さとう 油 | 塩 しょうゆ マスタード ハーブ 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 | | | |
| ポトフ | 豚 鶏 | ウインナー | たまねぎ にんじん だいこん さやいんげん | じゃがいも | チキンブイオン コンソメスープ 白ワイン 塩 こしょう | | | |
| 22 水 | ごはん | | | | 米 | | 663 | レバーは、成 長期に不足 しがちな「鉄 分」がたくさ ん含まれて います。 |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | レバーいりユーリンチー | 鶏 大豆 ごま 小麦 | とりにく とりレバー | しろねぎ | でんぶん さとう 油 ごま油 | いちみつがらし す しょうゆ | | |
| | キャベツサラダ | 小麦 大豆 | | キャベツ こまつな にんじん | さとう 油 | しょうゆ す 塩 ちゅうかスープのもと 塩 チキンブイオン しょうゆ こしょう オイスターソース | | |
| わかめスープ | 卵 鶏 豚 ごま 小麦 大豆 | うずらたまご なんと わかめ | たまねぎ にんじん | | | | | |

○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 | | |
| 23木 | バーガーパン | 小麦 乳 大豆 | | | パン | | 602 | バーガーパンにハンバーグやサラダをはさんで食べましょう。 |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | ハンバーグ | 鶏 豚 小麦 牛 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 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 | | |
| | やさいサラダ (あおじそドレッシング) | ドレ(小麦 大豆) | | | | あおじそドレッシング | | |
| | コーンポタージュ | 乳 小麦 大豆 鶏 | 牛乳 | とうもろこし にんじん たまねぎ パセリ | バター なまクリーム | ベジマールソース こしょう 塩 スープストック | | |
| 24金 | ごはん | | | | 米 | | 619 | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | かつおのかくに | 小麦 大豆 | かつお | しょうが | さとう | しょうゆ さけ みりん | | |
| | ひじきサラダ (ごまドレッシング) | 小麦 大豆 ドレ(ごま 小麦 大豆) | ひじき | たけのこ 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 | | |
| とりにくごじる | 豚 鶏 小麦 大豆 さば ごま | とうふ ぶたにく とりにく | こまつな ごぼう にんじん しめじ たまねぎ | ごま油 パン粉 でん粉 さとう | さばうすけずり かつおのもと 塩 しょうゆ さけ みりん | 32.0 | | |
| 27月 | ごはん | | | | 米 | | 621 | |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | さばのてりに | さば 小麦 大豆 | さば かつおぶし | レモン | さとう みずあめ でんぶん | しょうゆ みりん | | |
| | だいずのいそに | 大豆 小麦 | だいず ひじき ちくわ | にんじん こんにやく さいいんげん | さとう 油 | みりん しょうゆ わふうだしのもと | | |
| かきたまじる | 小麦 卵 大豆 さば | なると たまご とうふ | にんじん ほうれんそう たまねぎ | でんぶん | かつおのもと しょうゆ 塩 | | | |
| 28火 | ナン | 小麦 乳 大豆 | | | ナン | | 613 | ナンをキーマカレーにつけて食べましょう。 |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | キーマカレー | 豚 小麦 乳 りんご 大豆 鶏 | ぶたにく | たまねぎ にんじん トマト しょうが にんにく | 油 | ちゅうのうソース こしょう カレーレク スープストック チョコ | | |
| | たまごロール | 卵 小麦 大豆 | たまご | | さとう でんぶん 油 | かつおだし しょうゆ す 塩 | | |
| やさいとツナのソテー | 鶏 豚 乳 | まぐろ | こまつな キャベツ | バター | 塩 こしょう コンソメスープ | | | |
| 30木 | はんかんしらすごはん | 小麦 大豆 | しらす | | 米 | しょうゆ さけ 塩 | 614 | やいちゃんランチです。 |
| | 牛乳 | 乳 | 牛乳 | | | | | |
| | ちくわのいそべあげ | 小麦 | ちくわ あおのり | | | こむぎこ でんぶん 油 | | |
| | わふうおかかサラダ (わふうドレッシング) | ドレ(小麦 大豆 鶏 豚) | かつおぶし | だいこん きゅうり にんじん | わふうドレッシング | | | |
| みだくさんじる | 鶏 大豆 さば | とりにく とうふ みそ | ごぼう はねぎ にんじん しめじ こんにやく | | さばうすけずり にほし | | | |

給食時間の過ごし方

学校給食は、準備から後片付けまでを含めた食事に関する活動を通して、さまざまなことを学ぶ時間です。みんなで協力して準備をし、食べる時間をしっかり確保するとともに、楽しい給食時間が過ごせるよう、一人ひとりがマナーを守ることも大切です。

給食の前には、必ず手を洗いましょう

上手な手洗い方法



今年度も『やいちゃんランチ』を実施します♪



地元の食べ物をより深く知ってもらうために、焼津市でたくさんとれたり、昔から作られている食材を「焼津のじまんの食べ物」として積極的に使用しています。

「焼津のじまんの食べ物」11個のうち、3個以上を使った献立を「やいちゃんランチ」として提供します。4月のやいちゃんランチには「しらす」「ちくわ」「かつお節」を使っています。

焼津のじまんの食べ物





١٠٠٠ ١٠٠٠ ١٠٠٠ ١٠٠٠ ١٠٠٠