




日	献立名	アレルギー	使われてい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		
10 水	こくとうパン  リクエスト 献立	小麦 乳	牛乳		パン こくとう		624	大井川西小 学校のリクエ スト献立で す。
	とりにくの マーマレードやき	大豆 鶏肉	とりにく		マーマレード さとう みずあめ でんぶん	しょうゆ みりん す 塩 こしょう		
	カラフルサラダ			キャベツ きゅうり パプリカ	イタリアンドレッシング		29.6	
	かぶいりシチュー	豚肉 乳 小麦 大豆 鶏肉	ベーコン 牛乳	たまねぎ にんじん かぶ しめじ パセリ	油 なまクリーム	ベシメルソース 塩 こしょう スープストック		
11 木	ごはん				米		672	 お正月にち なんだ献立 です。
	牛乳	乳	牛乳					
	さばのこうじやき 	さば	さば			こうじ みりん 塩	28.7	
	れんこんのきんぴら 	豚肉 大豆 ごま 小麦	ぶたにく さつまあげ	れんこん にんじん こんにやく さやいんげん	さとう ごま 油 ごま油	みりん しょうゆ		
12 金	しらたまごうに 	鶏肉 小麦 大豆 さば	とりにく かまぼこ	だいこん にんじん ほししいたけ はくさい こまつな	しらたまだんご	しょうゆ かつおのもと さばうすけずり	657	 東益津中学 校のリクエ スト献立です。
	ちゅうかめん  リクエスト 献立	小麦 乳	牛乳		ちゅうかめん			
	とんこつラーメン スープ 	豚肉 鶏肉 大豆 小麦 ごま	ぶたにく なんと	にんにく しょうが にんじん もやし ねぶかねぎ メンマ チンゲンさい どうもろこし	油 こむぎこ はるさめ さとう でんぶん こめこ こなあめ	チキンブイヨン 塩 スープストック とんこつラーメンのもと	24.1	
	はるまき	豚肉 大豆 小麦	ぶたにく	にんじん たまねぎ キャベツ しょうが ほししいたけ		しょうゆ 塩		
15 月	かいそうサラダ (ナムルドレッシング)	ドレ(ごま 豚肉 鶏肉 大豆 小麦)	かいそう	キャベツ きゅうり	ナムルドレッシング		583	ぶりは冬が 旬の魚です。
	ごはん				米			
	牛乳	乳	牛乳				23.8	
	ぶりのあまからあげに 	小麦 大豆	ぶり	しょうが	さとう 油 こむぎこ でんぶん	しょうゆ みりん		
16 火	そくせきづけ	大豆		キャベツ きゅうり たくあんづけ しょうが			651	すき焼きには 旬の白菜が たくさん使わ れています。
	みだくさんじる	豚肉 大豆 さば	ぶたにく とうふ みそ	ごぼう はねぎ にんじん	さといも	さばうすけずり にぼし		
	ごはん				米		27.1	
	牛乳	乳	牛乳					
17 水	すきやき	豚肉 大豆 小麦	ぶたにく やきどうふ	はくさい にんじん ねぶかねぎ えのきたけ こんにやく	さとう	しょうゆ みりん さけ	605	大根は寒くな ると甘みが 増してよりお いしくなりま す。
	れんこんのはさみあげ	豚肉 鶏肉 大豆 小麦	ぶたにく とりにく	れんこん たまねぎ	でんぶん さとう パンこ こむぎこ 油	塩 こしょう		
	あさづけ	小麦 大豆	こんぶ	キャベツ きゅうり にんじん		塩	26.5	
	キャラットパン 牛乳	小麦 乳	牛乳	にんじん	パン さとう マーガリン			
18 木	ハンバーグ デミグラスソースかけ	鶏肉 豚肉 大豆 小麦 牛肉	とりにく ぶたにく	たまねぎ トマト にんにく しょうが	さとう	トマトケチャップ ワイン ちゅうのうソース 塩 デミグラスソース	619	ロモサルター ドはペルーの 料理です。牛 肉の炒め物 とポテトを混 ぜていただき ましょう。
	わふうおかかサラダ (たまねぎドレッシング)	ドレ(りんご 小麦 大豆 鶏肉)	かつおぶし	だいこん きゅうり にんじん	たまねぎドレッシング			
	コーンスープ	鶏肉 豚肉 卵	ベーコン たまご	たまねぎ にんじん どうもろこし パセリ	でんぶん	塩 こしょう コンソメスープ	22.6	
	ごはん				米			
19 金	牛乳	乳	牛乳				614	今日のマー ボー春雨に ははたてが 入っています 。
	ロモサルタード (ぎゅうにくのいためもの)	牛肉 小麦 大豆	ぎゅうにく	たまねぎ トマト パプリカ にんにく パセリ	油 さとう	しょうゆ す 塩 こしょう オールスパイス		
	(フライドポテト)	小麦			じゃがいも 油	塩	24.3	
	やさしいスープ	豚肉 鶏肉 小麦 大豆	ベーコン	キャベツ ほうれんそう にんじん とうもろこし		塩 しょうゆ コンソメスープ チキンブイヨン		
22 月	ごはん				米		603	背割りパンに フランクフル トをはさんで いただきます しょう。
	牛乳	乳	牛乳					
	フランクフルト	豚肉	フランクフルト		さとう	トマトケチャップ ちゅうのうソース ワイン	26.3	
	ブロッコリーサラダ (マヨネーズ)	大豆 マヨ(卵 大豆 りんご)		ブロッコリー にんじん キャベツ えだまめ	マヨネーズ			
23 火	チンゲンさいのスープ	鶏肉 ごま 大豆 小麦	とりにく	たまねぎ にんじん どうもろこし チンゲンさい		ちゅうかスープのもと 塩 こしょう しょうゆ チキンブイヨン	631	大井川西小 学校のリクエ スト献立で す。
	さくらごはん  リクエスト 献立	小麦 大豆			米	しょうゆ 塩		
	牛乳	乳	牛乳				26.3	
	くろはんぺんフライ 	さば 大豆 小麦	くろはんぺん		こむぎこ パンこ 油			
23 火	ひじきのいために 	大豆 小麦	だいず ひじき ちくわ	にんじん こんにやく さやいんげん	さとう 油	みりん しょうゆ	26.3	
	とんじる	豚肉 大豆 さば	ぶたにく とうふ みそ	しめじ ごぼう にんじん だいこん ねぶかねぎ		にぼし さばうすけずり		


○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 アーモンド

※今回「はたて」を初めて提供することになりました。アレルギー等のある方は注意をお願いします。

○物資購入の都合により献立や使用材料が変更となる場合があります。☆丁寧な手洗いの徹底をしましょう。

『』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				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		
24 水	ごはん				米		583	たぬき汁は 肉の代わりに こんにゃくを 使った汁物 です。
	わかめふりかけ 		かつおぶし わかめ のり	ちゃ	さとう	塩		
	牛乳	乳	牛乳					
	やいちゃんコロッケ 	小麦	かつお	たまねぎ きりぼしだいこん にんじん きゅうり	じゃがいも パンこ さとう こむぎこ こめこ 油	塩 こしょう		
	はりはりづけ	ごま 小麦 大豆			ごま油 さとう	す しょうゆ		
25 木	たぬきじる 	大豆 小麦 さば	さつまあげ 油あげ	こんにゃく ごぼう にんじん はねぎ えのきたけ しょうが	でんぶん	かつおのもと しょうゆ 塩	618	ラビオリはバ スタの一種で す。中に肉や 野菜が入っ ています。
	マーガリンパン	小麦 乳			パン さとう マーガリン			
	牛乳	乳	牛乳					
	えびグラタン 	乳 小麦 えび 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 油 バター マーガリン	塩		
	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		
26 金	ラビオリスープ	小麦 鶏肉 豚肉 大豆	とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん チンゲンさい	こむぎこ さとう パンこ	塩 こしょう コンソメスープ チキンブイヨン	20.9	
	ごはん				米			
	牛乳	乳	牛乳					
	やいづおでん 	小麦 大豆 さば	ちくわ なんと さつまあげ くろはんぺん こんぶ	だいこん こんにゃく	じゃがいも	しょうゆ みりん さけ かつおのもと 塩		
	あつやきたまご	卵 大豆 小麦	たまご		さとう 油 でんぶん	す みりん しょうゆ 塩		
29 月	ゆかりあえ			キャベツ きゅうり あかしそ		塩	22.2	
	おちやパン	小麦 乳	ちゃ		パン さとう マーガリン			
	牛乳	乳	牛乳					
	コーヒーのもと					コーヒーのもと		
	さわらの レモンじょうゆあえ 	小麦 大豆	さわら	レモン キャベツ にんじん もやし とうもろこし	油 さとう でんぶん	しょうゆ		
30 火	やさいソテー	乳 鶏肉 豚肉			バター	塩 こしょう コンソメスープ	26.8	コーヒの素 に牛乳を入 れて混ぜて 飲みましょ う。
	はくさいスープ	豚肉 鶏肉 小麦 大豆	ベーコン	たまねぎ にんじん はくさい こまつな		塩 こしょう しょうゆ コンソメスープ		
	はんかんむぎごはん				米 むぎ			
	牛乳	乳	牛乳					
	なまりぶしカレー 	豚肉 乳 りんご 小麦 大豆 鶏肉	ぶたにく なまりぶし チーズ	にんじん たまねぎ にんにく しょうが りんご	じゃがいも 油	こしょう ちゅうのうソース チャツネ カラーフ레이크 スープストック		
31 水	プレーンオムレツ	卵 大豆	たまご		でんぶん さとう だいず油	塩 す	618	焼津のじま んの食べもの のなまり節を 使ったカレー です。 
	くきわかめサラダ (あおじそドレッシング)	ドレ(小麦 大豆)	くきわかめ	キャベツ きゅうり にんじん		あおじそドレッシング		
	ごはん				米			
	牛乳	乳	牛乳		パンこ でんぶん さとう こむぎこ	塩		
	ボークしゅうまい	豚肉 小麦	ぶたにく	たまねぎ しょうが				
31 水	やさいのアーモンドあえ	アーモンド 小麦 大豆		こまつな にんじん もやし	アーモンド さとう	しょうゆ	24.0	
	キムチなべ	豚肉 ごま 小麦 大豆 ゼラチン りんご 鶏肉	ぶたにく とうふ	はくさい ねぶかねぎ にんじん しめじ はくさいキムチ にんにく しょうが	ごま油	ちゅうかスープのもと 塩 しょうゆ チキンブイヨン キムチのもと		
	いちごとうにゅうだいふく	大豆	とうにゅう かんてん	いちご	油 さとう もちこ みずあめ じょうしんこ でんぶん	塩		

あけましておめでとうございます。冬休み中は、日本の伝統文化に触れる機会も多かったのではないのでしょうか。  
正月料理には、豊作や無病息災などの願いが込められていますが、昔も今も、その願いは変わらないことを実感します。  
さて、今の学年やクラスで給食を食べるのもあとわずかです。給食時間を気持ちよく過ごせるように、今年の  
干支である「たつ（辰）」にちなみ、一人一人が給食の「たつ（達）」人を目指してみませんか？

