

# 令和6年 1月 学校給食献立表 南棟2

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		
10 水	こくとうパン 牛乳 とりにくのマーマレードやき	小麦 乳 牛乳 大豆 鶏肉	小麦 乳 牛乳 大豆 鶏肉	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)	パン こくとう マーマレード さとう みすあめ でんぶん	624 大井川西小学校のリクエスト献立です。
	カラフルサラダ				キャベツ キゅうり バブリカ	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	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 バセリ	油 なまクリーム	ベシャメルソース 塩 こしょう スープストック	
	ごはん 牛乳	乳	牛乳			米		672 お正月にちなんだ献立です。
11 木	さばのこうじやき	さば	さば				こうじ みりん 塩	
	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 こんにゃく さやいんげん	さとう ごま 油 ごま油	みりん しょうゆ		28.7 
	しらたまぞうに	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		
12 金	ちゅうかめん 牛乳 とんこつラーメン スープ	小麦 乳 豚肉 鶏肉 大豆 小麦 ごま	牛乳 牛乳 ぶたにく なると		ちゅうかめん		657 東益津中学校のリクエスト献立です。 	
	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	さとう でんぶん こめこ こなあめ	しょうゆ 塩		24.1
	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 キュウリ	ナムルドレッシング			
	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米			
15 月	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		583 ぶりは冬が旬の魚です。
	そくせきづけ	大豆		キャベツ キュウリ たくあんづけ しょうが				23.8
	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 にほし		
16 火	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		651 すき焼きには旬の白菜がたくさん使われています。	
	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 えのきだけ こんにゃく	さとう	しょうゆ みりん さけ		
	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		27.1
	あさづけ	小麦 大豆	こんぶ	キャベツ キュウリ にんじん		塩		
17 水	キヤロットパン 牛乳 ハンバーグ デミグラスソースかけ	小麦 乳 乳 鶏肉 豚肉 大豆 小麦 牛肉	牛乳 牛乳 とりにく ぶたにく	にんじん	パン さとう マーガリン		605 大根は寒くなると甘みが増しておいしくなります。	
	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 キュウリ にんじん	たまねぎドレッシング			26.5
	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 とうもろこし バセリ	でんぶん	塩 こしょう コンソメスープ		
	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米			
18 木	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 バブリカ にんにく バセリ	油 さとう	しょうゆ す 塩 こしょう オールスパイス		619 ロモサルタードはルーの料理です。牛肉の炒め物とポテトを混ぜていただきましょう。
	(フライドポテト)	小麦			じゃがいも 油	塩		22.6
	やさいスープ	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		
19 金	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米			
	ほたていり マー婆によるさめ	豚肉 ごま 小麦 大豆 鶏肉	ぶたにく ほたて	たまねぎ にんじん キャベツ はねぎ たけのこ ほししいたけ しょうが	はるさめ さとう ごま油 でんぶん	しょうゆ オイスターソース ちゅうかスープのもと 塩 トウバジンジャン		614 今日のマー婆春雨にはほたてが入っています。
	やきぎょうざ	大豆 豚肉 鶏肉 小麦	ぶたにく とりにく	キャベツ いら しょうが	こむぎこ 油 でんぶん	しょうゆ みりん 塩		24.3
22 月	ナムル	ごま 小麦 大豆		ほうれんそう もやし にんじん	ごま ごま油	しょうゆ		
	せわりパン 牛乳	小麦 乳 乳	牛乳		パン		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。	
	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		
	プロッコリーサラダ (マヨネーズ)	マヨ(卵 大豆 りんご)		プロッコリー にんじん キャベツ えだまめ	マヨネーズ	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		26.3
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 とうもろこし チンゲンさい				
	さくらごはん 牛乳	小麦 大豆 乳	牛乳		米	しょうゆ 塩		631 大井川西小学校のリクエスト献立です。
	くろはんべんフライ	さば 大豆 小麦	くろはんべん		こむぎこ パンこ 油			
	ひじきのいために	大豆 小麦	だいす ひじき ちくわ	にんじん こんにゃく 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		にほし 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「ほたて」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。

『魚』のマークは、魚介類を使ったメニューです。

★『魚』のマークは、どんぶりが付くメニューです。

# 令和6年 1月 学校給食献立表 南棟2

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)	エネルギーのもととなる食品(黄色)	調味料		
24 水	ごはん				米			
	わかめふりかけ	魚	かつおぶし わかめ のり	ちや	さとう	塩	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。
	牛乳	乳	牛乳					
	やいちゃんコロッケ	魚	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 バンコ さとう こむぎこ ごめこ 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	20.3	
25 木	たぬきじる	魚	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 えのきだけ しょうが	でんぶん	かつおのもと しょうゆ 塩	
	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				618	ラビオリはパスタの一種です。中に肉や野菜が入っています。
	えびグラタン	魚	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 パンコ	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	魚	小麦 大豆 さば	ちくわ なると さつまあげ くろはんべん 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	やいちゃんランチの日です。
	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	22.2
29 月	ゆかりあえ				キャベツ きゅうり あかしそ		塩	
	おちゃパン		小麦 乳			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	魚	小麦 大豆	さわら	レモン キャベツ にんじん もやし	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		とうもろこし	バター	塩 こしょう コンソメスープ	
	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	26.8
	はんかんむぎごはん					米 むぎ		
	牛乳	乳	牛乳				こしょう ちゅうのうソース チャツネ カレーフレーク	
	なまりぶしカレー	魚	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	スープストック	618 焼津のじまんの食べものなまり節を使ったカレーです。
31 水	ブレーンオムレツ		卵 大豆	たまご		でんぶん さとう だいす油	塩 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	23.1
	ごはん					米		
	牛乳	乳	牛乳					
	ホークしゅうまい		豚肉 小麦	ぶたにく	たまねぎ しょうが	パンコ でんぶん さとう こむぎこ	塩	
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	
	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	24.0

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かでしょうか。  
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。給食時間に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?

