

令和6年10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		
1 火	マーガリンパン	小麦 乳 牛乳			パン マーガリン さとう			
	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 マーガリン 油	ベシャメルソース 塩	619	秋やさしいの ボトフには、 大根やれん こんが入って います。
	ほうれんそうサラダ (たまねぎドレッシング)	ドレ(りんご 小麦 大豆 鶏肉)		ほうれんそう もやし にんじん とうもろこし	たまねぎドレッシング		24.9	
	あきやさいのボトフ	鶏肉 豚肉	とりにく ウィンナー	たまねぎ にんじん だいこん れんこん さやいんげん	コンソメスープ ワイン 塩 チキンブイヨン こしょう			
2 水	ごはん 牛乳	乳 牛乳			米		663	
	とりにくのからあげ	鶏肉 小麦 大豆 乳 肉	とりにく 乳 たまご	しょうが にんにく	でんぶん こむぎこ 米ご 油	しょうゆ 塩		大富中学校 のリクエスト 献立です。
	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		21.8	
	ワンタンスープ	鶏肉 小麦 大豆 豚肉 ごま	ぶたにく みそ	たまねぎ にんじん チンゲンさい しょうが	こむぎこ でんぶん 油 さとう	塩 しょうゆ ちゅうかスープ チキンブイヨン		
3 木	ごはん 牛乳	乳 牛乳			米		644	
	とうふステーキの みそだれかけ	鶏肉 大豆 小麦	とうにゅう とりにく みそ	こんにゃく しょうが	でんぶん さとう 油	塩 しょうゆ さけ		
	こまつなともやしの 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	27.1	
	つみれじる	魚	大豆 さば 小麦	つみれ あぶらあげ	だいこん ごぼう にんじん ねぶかねぎ こんにゃく しょうが	でんぶん	かつおのもと しょうゆ 塩	
4 金	ロールパン	小麦 乳 牛乳			パン			
	たまごロール	卵 小麦 大豆	たまご		さとう でんぶん 油	しょうゆ 塩	551	焼きそばに は野菜が いっぱい入っ ています。
	やきそば	小麦 豚肉 りんご 大豆	ぶたにく	にんじん キャベツ たまねぎ もやし	ちゅうかめん 油	やきそばソース こしょう		
	にくだんごとやさい のスープ	鶏肉 豚肉 大豆 小麦	にくだんご	にんじん たまねぎ こまつな ほししいたけ		チキンブイヨン 塩 こしょう しょうゆ コンソメスープ	27.4	
7 月	ごはん 牛乳	乳 牛乳			米		550	
	ぶたにくのしょうがやき	豚肉 大豆 小麦	ぶたにく	しょうが にんにく たまねぎ	油 さとう でんぶん	さけ しょうゆ		
	あさづけ	小麦 大豆	こんぶ	キャベツ きゅうり にんじん	さとう	しょうゆ す 塩	29.9	
	みそしる	鶏肉 大豆 さば	とりにく とうふ あぶらあげ みそ	ごぼう はねぎ	さといも	にぼし さばうすけずり		
8 火	ごはん 牛乳	乳 牛乳			米		578	
	あじのカレー やき	魚 小麦 大豆	あじ			しょうゆ カレーご		
	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 ごま油 ごま	しょうゆ す 塩		
	にらたまスープ	卵 大豆 鶏肉 豚肉 ごま 小麦	たまご とうふ	にら たまねぎ にんじん	でんぶん	ちゅうかスープ 塩 こしょう しょうゆ	28.4	
9 水	かたぬきチーズ	小麦 乳	チーズ					
	こくとうパン	小麦 乳 牛乳			パン こくとう		578	やいちゃんランチです。
	かつおフライ	魚 小麦	かつお		パンこ こむぎこ 油	塩 こしょう		
	わふうおかかサラダ	魚	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		26.8	
10 木	ミネストローネ	小麦 豚肉 大豆 鶏肉	ベーコン だいす	たまねぎ にんじん トマト バセリ	マカロニ	塩 コンソメスープ こしょう		
	ごはん 牛乳	乳 牛乳			米		587	10月10日の 目の愛護 マーにちなん だ献立です。
	いわしのおかかに	魚 小麦 大豆	いわし かつおぶし	しょうが	さとう	しょうゆ 塩		
	れんこんのきんぴら	魚 豚肉 大豆 小麦 ごま	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		
11 金	さといものみそしる	大豆 さば	あぶらあげ とうふ みそ	たまねぎ にんじん はねぎ	さといも	にぼし さばうすけずり	26.7	
	ブルーベリーゼリー	小麦		ブルーベリー	さとう			
	ちゅうかめん 牛乳	乳 牛乳			ちゅうかめん			
	とんこつラーメン スープ	豚肉 小麦 ごま 大豆 鶏肉	ぶたにく なると	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 とうもろこし		チキンブイヨン スープストック とんこつラーメンスープ 塩	551	とんこつラー メンスープには は野菜がたくさん 入っています。
15 火	ポークしゅうまい	豚肉 小麦	ぶたにく	たまねぎ しょうが	パンこ でんぶん さとう こむぎこ 水あめ	塩		
	そくせきづけ	大豆		キャベツ きゅうり たくあん しょうが			29.3	
	ごはん 牛乳	乳 牛乳			米		600	ちくわの衣に すりおろした にんじんを加 えて、秋の紅 葉をイメージ しました。
	ちくわのものみじあげ	魚 小麦	ちくわ	にんじん	こむぎこ でんぶん 油			
	ちくせんに	魚 鶏肉 大豆 小麦	とりにく さつまあげ	たけのこ にんじん こんにゃく ごぼう ほししいたけ さやいんげん	さとう 油	みりん しょうゆ	24.8	
	いもだんごじる	大豆 さば	あぶらあげ みそ	えのきたけ だいこん にんじん ねぶかねぎ	じやがいもだんご	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

○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。

★『豆』のマークは、どんぶりが付くメニューです。

令和6年10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		
16 水	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米			
	とりそぼろどんのぐ	鶏肉 大豆 小麦 卵	とりにく たまご	しょうが えだまめ	さとう 油	塩 しょうゆ みりん	582	とりそぼろ丼の具をごはんにのせていただきましょう。
	ひじきサラダ (ごまドレッシング)	ドレ(ごま)	ひじき	とうもろこし にんじん きゅうり	ごまドレッシング		29.3	
	ちゃんこじる	豚肉 大豆 小麦 さば	ぶたにく とうふ	ごぼう もやし こんにゃく しめじ ねぶかねぎ		さけ しお しょうゆ みりん かつおのもと		
17 木	ロールパン 牛乳	小麦 乳	牛乳		パン			
	てりやきハンバーグ	鶏肉 豚肉 大豆 小麦	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 でんぶん	塩 しょうゆ みりん	632	マカロニサラダ (マヨネーズ)
	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	24.7	
	コーンポタージュ	乳 小麦 大豆 鶏肉 豚肉	牛乳	とうもろこし にんじん たまねぎ バセリ	バター 生クリーム	ベシャメルソース 塩 スープストック こしょう		
18 金	はんかんわかめごはん 牛乳	乳	わかめ		米 さとう	塩		大井川南小学校のリクエスト献立です。
	コーヒーのもと さけフライ	リクエスト 献立 さけ 小麦	牛乳 さけ		さとう	コーヒー 塩 パンこむぎこ油	616	
	きゅうりのひたひた	さけ 小麦 大豆	ごま 小麦 大豆	かつおぶし	きゅうり	さとう ごま油		
	とんじる	豚肉 大豆 さば	ぶたにく みそ	ごぼう たまねぎ にんじん だいこん	さつまいも	にぼし さばうすけずり	25.6	
21 月	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米			
	ぎょうざ	豚肉 鶏肉 小麦 大豆	ぶたにく とりにく 大豆こ	キャベツ たまねぎ にら しょうが	さとう こむぎこ油	しょうゆ 塩 す	562	きりほしだいこんの キムチあえ
	きりほしだいこんの キムチあえ	りんご 大豆 小麦 ごま		きりほしだいこん きゅうり にんじん もやし	ごま油	キムチのもと しょうゆ 塩	21.4	
	マーポーはるさめ	豚肉 ごま 大豆 小麦 鶏肉	ぶたにく	たまねぎ にんじん ほししいたけ キャベツはねぎたけのこ しょうが	はるさめ ごま油 油 さとう でんぶん	しょうゆ オイスターソース 塩 ちゅうかスープ		
22 火	ロールパン 牛乳	小麦 乳	牛乳		パン			チンゲン菜は 静岡県で多く 作られている 野菜の一つ です。
	とりにくとレバーの ケチャップあえ	鶏肉 大豆 りんご	とりにく とりレバー	しょうが	でんぶん 油 さとう	しょうゆ ちゅうのうソース さけ ワイン トマトケチャップ	561	
	かいそうサラダ (ナムルドレッシング)	ドレ(ごま 大豆 鶏肉 豚肉 小麦)	わかめ こんぶ ふのり くわいかめ とさかのり	キャベツ きゅうり	ナムルドレッシング		27.1	
	チンゲンさいのスープ	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 ごま	ウインナー	たまねぎ にんじん とうもろこし チンゲンさい		塩 しょうゆ ちゅうかスープ こしょう チキンブイヨン		
23 水	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米			さばは焼津のじまんの食 べものです。
	さばのみそに	さば 大豆	さば みそ	しょうが	さとう		581	
	ゆかりあえ			キャベツ きゅうり あかじそ		塩		
	のっべいじる	鶏肉 大豆 さば 小麦	とりにく あぶらあげ	だいこん にんじん ねぶかねぎ こんにゃく ほししいたけ	さといも でんぶん	かつおのもと しょうゆ さばうすけずり さけ 塩	24.9	
24 木	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米			ブルコギをご はんにのせて いただきま しょう。
	ブルコギ	豚肉 小麦 大豆 りんご	ぶたにく みそ	しょうが にんにく ねぶかねぎ たまねぎ りんご	油	しょうゆ トウバンジヤン しょうゆ	559	
	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	チキンブイヨン しょうゆ さけ 塩 ちゅうかスープ		
	ちゅうかスープ	豚肉 卵 鶏肉 小麦 大豆 ごま	べーコン うずらたまご なると	にんじん キャベツ チンゲンさい		こしらえ おイスターソース	29.8	
25 金	アーモンドごさかな	アーモンド 小麦 大豆 ごま	かたくちいわし		アーモンド さとう ごま	しょうゆ		
	ソフトめん 牛乳	小麦			ソフトめん	トマトケチャップ トマトピューレ ハヤシルウ ベシャメルソース ちゅうのうソース スープストック	585	ミートソース にめんをから めて食べてく ださい。
	ミートソース	豚肉 小麦 大豆 乳 りんご 鶏肉	ぶたにく	たまねぎ にんじん トマト にんにく	油	ワイン こしょう	22.4	
	コーンフライ	小麦 大豆		とうもろこし	こむぎこ さとう パンこ 水あめ 油 でんぶん	塩		
28 月	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		
	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米			23.9
	にくだんごの あますあんかけ	鶏肉 小麦 乳 大豆 卵 ごま	とりにく たまご	たまねぎ	パンこ さとう 油 でんぶん	しょうゆ 塩 す	554	
	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		
29 火	はるさめスープ	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 ごま	ぶたにく なると	たまねぎ にんじん キャベツ しょうが	はるさめ	塩 しょうゆ ちゅうかスープ こしょう チキンブイヨン		
	マーラリンパン 牛乳	小麦 乳	牛乳		パン マーラリン さとう		612	
	とりにくのハーブやき	鶏肉 大豆	とりにく	バセリ にんにく トマト	でんぶん さとう オリーブ油	塩 しょうゆ チリバウダー マスター こしょう ハーブ		
	キャベツとツナ のソテー	鶏肉 豚肉	まぐろ	キャベツ にんじん とうもろこし	油	塩 こしょう コンソメスープ	27.0	
30 水	ラビオリースープ	豚肉 小麦 鶏肉 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 パンこ さとう	塩 こしょう コンソメスープ チキンブイヨン		
	はんかんごはん 牛乳	乳	牛乳		米			きのこカレー にはエリンギ としめじが 入っています。
	きのこカレー	豚肉 乳 小麦 りんご 大豆 鶏肉	とりにく チーズ	にんじん たまねぎ エリンギ しめじ にんにく しょうが	じゃがいも 油	カレーフレーク こしょう ちゅうのうソース チヤツネ スープストック	596	
	にたまご	卵 大豆 小麦	たまご		さとう	塩 しょうゆ	25.4	
31 木	くきわかめサラダ		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 牛乳	乳	牛乳		米			黒はんぺん は焼津のじ まんの食べ ものです。
	くろはんぺんの いそべあげ	さば 大豆 小麦	くろはんぺん あおのり		こむぎこ でんぶん 油		583	
	コーンときゅうりの すのもの	大豆 小麦	わかめ	とうもろこし きゅうり しょうが	さとう	しょうゆ 塩 す	25.2	
	けんちんじる	鶏肉 大豆 さば 小麦 ごま	とりにく とうふ あぶらあげ	だいこん にんじん ほししいたけ ねぶかねぎ	でんぶん ごま油	かつおのもと しょうゆ 塩		