

令和6年11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 金	マーガリンパン 牛乳	小麦 乳 乳			パン マーガリン さとう		622	白菜は、今が旬の中国生まれの野菜です。	
	フランクフルト	豚肉 りんご 大豆	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			
	コールスローサラダ			キャベツ とうもろこし きゅうり にんじん	コールスロードレッシング		23.1		
	はくさいのスープ	鶏肉 小麦 大豆 豚肉	とりにく	たまねぎ にんじん はくさい		塩 こしょう しょうゆ コンソメスープ			
5 火	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		555		
	かにしゅうまい	かに 豚肉 小麦	たら かい	たまねぎ	さとう でんぶん こむぎこ ラード	塩 こしょう			
	はりはりつけ	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	22.8		
	とりおとなべ	鶏肉 大豆 ごま	とりにく とうふ	はくさい にんじん えのきたけ ねぶかねぎ にんにく	はるさめ ごま油	とりだし さけ 塩 こしょう			
6 水	チーズ	乳	チーズ					小川小学校のリクエスト献立です。 	
	ごはん 牛乳	リクエスト 献立	乳 牛乳		米		577		
	はるまき	小麦 大豆 豚肉	ぶたにく	キャベツ にんじん たまねぎ しょうが	こむぎこ みずあめ 油 でんぶん はるさめ さとう	しょうゆ 塩			
	きゅうりのごまじょうゆ あえ	ごま 小麦 大豆		きゅうり	ごま さとう ごま油	しょうゆ す 塩	17.5		
7 木	ワンタンスープ	小麦 豚肉 大豆 鶏肉 ごま	ぶたにく みそ	たまねぎ にんじん たけのこ ほうれんそう しょうが	こむぎこ 油 でんぶん さとう	塩 しょうゆ ちゅうかスープ チキンブイヨン		厚焼きたまごには、焼津のじまんの食べもの一つである、かつおが入っています。 	
	うどん 牛乳	小麦 乳	牛乳		うどん		578		
	ツナいり あつやきたまご	卵 小麦 大豆	たまご かつお		油 さとう でんぶん	しょうゆ かつおだし す みりん 塩			
	だいこんサラダ			キャベツ だいこん きゅうり にんじん	わふうドレッシング	カレーフレーク スープストック カレーこ ベシャーメルソース ちゅうのうソース ワイン こしょう チキンブイヨン	25.3		
8 金	カレーうどんつゆ	豚肉 大豆 乳 小麦 りんご 鶏肉	ぶたにく 油あげ チーズ	にんじん たまねぎ ほうれんそう ねぶかねぎ しょうが にんにく	油			豚丼の具を ごはんにかけ ていただけ ましょう。 	
	はんかんごはん 牛乳	乳	牛乳		米		570		
	ぶたどんのぐ	豚肉 小麦 大豆	ぶたにく	たまねぎ こんにゃく ねぶかねぎ しょうが	さとう 油	しょうゆ さけ			
	かふうあえ	ごま 小麦 大豆		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	30.0		
11 月	みそけんちんじる	鶏肉 大豆 さば	とりにく とうふ 油あげ みそ	だいこん はねぎ にんじん ごぼう	さといも	にぼし さばうすけずり			
	ロールパン 牛乳	小麦 乳	牛乳		パン		577		
	とりにくのマーマレードやき	鶏肉 大豆	とりにく	マーマレード	みずあめ さとう	しょうゆ みりん す 塩 こしょう			
	ごぼうサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 ドレ(ごま)		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	みりん しょうゆ	28.7		
12 火	やさいのスープに	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 ごま	ベーコン	たまねぎ にんじん キャベツ だいこん バセリ		スープストック しょうゆ 塩 こしょう			
	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		550		
	さけのしおやき	さけ	さけ			塩			
	おひたし	魚	小麦 大豆	かつおぶし	キャベツ ほうれんそう にんじん	しょうゆ			
13 水	ぶたにくとだいこんの いたために	豚肉 大豆 ごま 小麦 鶏肉	ぶたにく なまあげ	だいこん にんじん こんにゃく さやいんげん しょうが にんにく	さとう ごま油 油	しょうゆ さけ スープストック	32.7	今日は、鶏肉とレバーを根深ねぎの入った甘酸っぱいタレでからめた「ユーリングチー」です。 	
	ロールパン 牛乳	小麦 乳	牛乳		パン		573		
	レバーリューリンチー	鶏肉 小麦 大豆 ごま	とりにく とりレバー	ねぶかねぎ しょうが	でんぶん 油 ごま油 さとう	いちみとうがらし しょうゆ す さけ			
	くきわかめサラダ (ナムルドレッシング)	ドレ(ごま 大豆 鶏 肉 豚肉 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	塩 しょうゆ こしょう ちゅうかスープ チキンブイヨン	25.8		
14 木	チンゲンさいのスープ	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 ごま	ベーコン	たまねぎ にんじん とうもろこし チンゲンさい					
	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		559		
	ぶりのあまから あげに	魚	小麦 大豆	ぶり	さとう 油 こむぎこ でんぶん	しょうゆ みりん			
	ごまあえ	ごま 小麦 大豆		しょうが	さとう ごま	しょうゆ			
15 金	すまじる	魚	大豆 小麦 さば	とうふ かまぼこ わかめ	キャベツ こまつな にんじん	しょうゆ みりん かつおのもと 塩	24.3	チジヤオロースーをご飯と一緒に食べてください。 	
	アーモンドこさかな	アーモンド 小麦 大豆 ごま	いわし	ほんとう とうふ とりにく わかめ	アーモンド さとう ごま	しょうゆ			
	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		555		
	チジヤオロースー	豚肉 ごま 小麦 大豆	ぶたにく	ほししいたけ たけのこ ピーマン しょうが	ごま油 さとう でんぶん	しょうゆ みりん オイスターソース			
15 金	ボテトサラダ (マヨネーズ)	マヨ(卵 大豆 りんご)		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	27.7	チキンブイヨン 塩 こしょう ちゅうかスープ しょうゆ	
	わかめスープ	魚	鶏肉 大豆 小麦 豚肉 ごま	なると とうふ とりにく わかめ	キャベツ たまねぎ				

○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 カシューなツツ 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。

★『魚』のマークは、どんぶりが付くメニューです。

令和6年11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		
18 月	こくとうパン 牛乳	小麦 乳 乳	牛乳		パン こくとう			大富小学校のリクエスト献立です。
	メンチカツ	小麦 蛋 乳 大豆 豚肉 鶏肉 りんご ゼラチン	とりにく ぶたにく たまご	たまねぎ	パン でんぶん こむぎ さとう ゼラチン 油 塩	ちゅうのソース しょうゆ 塩	577	
	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		22.2	
	ミネストローネ	豚肉 大豆 小麦 鶏肉	ベーコン だいす	たまねぎ にんじん トマト にんにく パセリ	マカロニ	塩 コンソメスープ こしょう		
19 火	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		今月は、揚げたじゃがいもを入れた揚げおでんです。	
	あげおでん	豚肉 さば 大豆 小麦	ぶたにく くろはんべん ちくわ こんぶ みそ	にんじん こんにゃく	じゃがいも でんぶん 油 さとう	しょうゆ みりん	568	
	なっとう	小麦 大豆	なっとう			なっとうのたれ からし	22.6	
	ゆかりあえ			キャベツ きゅうり あかしそ		塩		
20 水	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		今日はフィリピンの料理を取り入れました。	
	アドボ	鶏肉 卵 小麦 大豆	とりにく うずらたまご	たまねぎ にんにく	さとう でんぶん 油	しょうゆ さけ す 塩 こしょう	594	
	カモテサラダ (マヨネーズ)	マヨ(卵 大豆 りんご)		キャベツ きゅうり	さつまいも マヨネーズ	塩 こしょう	22.8	
	ほうれんそうのスープ	豚肉 鶏肉 小麦 大豆	ベーコン	たまねぎ 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		
21 木	ちゅうかめん 牛乳	小麦 乳 乳	牛乳		ちゅうかめん		大富小学校のリクエスト献立です。	
	さばのフライ	さば 小麦	さば		パン こむぎ 油	塩 こしょう	659	
	かいそうサラダ		わかめ こんぶ とさかのり ふのり	キャベツ きゅうり		あおじそドレッシング	29.6	
	やいづラーメン スープ	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 さば	ぶたにく なると	にんじん ほうれんそう もやし ねぶかねぎ メンマ とうもろこし		さけ しょうゆラーメンのもと にぼし かつおのもと		
22 金	ごはん わかめふりかけ				米		11月24日のいい日本食の日に合わせた、和食のメニューです。	
	牛乳	乳	牛乳	わかめ のり かつおぶし 牛乳	さとう	塩	554	
	あじのこうじやき			あじ		塩 こうじ		
	だいすのいそに	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	29.8	
	とんじる	豚肉 大豆 さば	ぶたにく 油あげ みそ	たまねぎ だいこん にんじん はねぎ	じゃがいも	にぼし さばうすけずり		
25 月	ロールパン 牛乳	小麦 乳 乳	牛乳		パン		秋の味覚、きのこのを使ったクリーム煮です。	
	チキンナゲット	鶏肉 小麦 大豆 豚肉	とりにく	にんにく	コーンスター パン こむぎ 油 ラード	しょうゆ 塩 チキンスープ	569	
	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	25.6	
	きのこのクリームに	乳 小麦 大豆 鶏肉 豚肉	とりにく 牛乳 なまクリーム	にんじん たまねぎ エリンギ しめじ えのきたけ パセリ	油	ベシャメリソース 塩 こしょう スープストック		
26 火	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		やいちゃんランチの日です。	
	くろはんべんフライ	さば 大豆 小麦	くろはんべん				590	
	さくらえびいり きんひらごぼう	豚肉 えび 大豆 ごま 小麦	ぶたにく さくらえび ちくわ	にんじん こんにゃく ごぼう さやいんげん	こむぎ パン 油	さとう 油 ごま油	24.9	
	とりだんごじる	鶏肉 豚肉 大豆 さば 小麦 ごま	とりだんご とうふ	こまつな にんじん しめじ	ごま油	さばうすけずり かつおのもと 塩 しょうゆ さけ みりん		
27 水	ごはん 牛乳	乳	牛乳		米		恵比寿講にちなんだ献立です。	
	いわしのオレンジに	小麦 大豆 オレンジ	いわし	オレンジ	さとう みずあめ	しょうゆ みりん 塩	550	
	にしめ	鶏肉 小麦 大豆	とりにく ちくわ	れんこん にんじん ごぼう こんにゃく ほししいたけ さやいんげん	さとう 油	みりん しょうゆ	25.8	
	だいこんとなめこのみそしる	大豆 さば	油あげ わかめ みそ	たまねぎ だいこん なめこ		にぼし さばうすけずり		
28 木	ロールパン 牛乳	小麦 乳 乳	牛乳		パン		パンの日は、よりいねいに手を洗いましょう。	
	コーングラタン	大豆	おから とう乳	とうもろこし たまねぎ	ショートニング じゃがいも こめこ みずあめ さとう	塩	607	
	フルーツあえ	もも		パイナップル もも			18.2	
	はくさいとにかくだんごのスープ	鶏肉 豚肉 小麦 大豆	とりだんご	にんじん ほししいたけ はくさい	でんぶん	塩 しょうゆ こしょう コンソメスープ チキンブイヨン		
29 金	はんかんごはん 牛乳	乳	牛乳		米		ハヤシルウ ワイン ちゅうのソース チャツネ スープストック	
	ハヤシシチュー	小麦 大豆 豚肉 りんご 鶏肉	ぶたにく	にんじん たまねぎ	じゃがいも 油		588	
	ブレーンオムレツ	卵 大豆	たまご		さとう 油	塩 す	21.1	
	コーンサラダ			キャベツ きゅうり とうもろこし	わふうドレッシング			

2013年12月にユネスコ無形文化遺産に登録された和食は、世界に誇れる日本の伝統的な食文化です。和食には、季節の新鮮な食材が使われ、栄養のバランスがとれているなど、よい面がたくさんあります。また、日本の伝統的な行事とも密接にかかわっています。和食のよさを知って受け継いでいきましょう。

みなさんは、ごはんやみそ汁を食べていますか。ごはんと汁物におかずを合わせる献立は、日本で食べ継がれてきた食事です。この食文化を大切にしていきましょう。