

# 令和7年10月 学校給食献立表 南棟2小

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) たんぱく質(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 水	ごはん				米			
	牛乳	乳	牛乳				578	10月10日の目の愛護デーにちなんだ献立です。
	とりにくとレバーのチリソース	鶏肉 小麦 大豆 りんご	とりにくとりレバー	ねぶかねぎ にんにくしょうが	油 さとう でんぶん	ケチャップ チリソース しょうゆ 酒		
	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	25.1	
2 木	はるさめスープ	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 ごま	ベーコン	たまねぎ にんじん チンゲンさい しょうが	はるさめ	塩 しょうゆ チキンブイヨン ちゅうがスープ こしょう		
	ごはん				米		573	
	牛乳	乳	牛乳					
	いわしのおかかに	小麦 大豆	いわし かつおぶし	レモン	さとう でんぶん	しょうゆ みりん		旬のいわしをおかか煮にしました。
3 金	れんこんのきんぴら	豚肉 ごま 小麦 大豆	ぶたにく さつまあげ	れんこん にんじん	こんにゃく さとう 油 ごま油	みりん しょうゆ	26.5	
	みそしる	大豆 さば	とうふ 油あげ みそ	はねぎ たまねぎ	じゃがいも	にぼし さばけずり		
	げんまいパン	小麦 乳			パン げんまい		576	
	牛乳	乳	牛乳					
6 月	さけフライ	魚	小麦 卵 さけ	さけ たまご	油 パンこ こむぎこ さとう でんぶん	塩		鮭は秋が旬の食べ物です。
	コーンサラダ			キャベツ とうもろこし きゅうり にんじん	コーンクリーミードレッシング		23.1	
	やさいスープ	豚肉 鶏肉	ワインナー	たまねぎ にんじん ほうれんそう	じゃがいも	塩 こしょう コンソメ チキンブイヨン		
	ごはん				米		588	10月6日は「十五夜」です。お月見にちんだ献立です。
7 火	牛乳	乳	牛乳					
	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 にんにく しょうが	でんぶん さとう	塩 しょうゆ みりん		
	ゆかりあえ			キャベツ きゅうり あかしそ		塩		
	つきなじる	魚	卵 さば 小麦 大豆	うずらたまご かまぼこ	こまつな だいこん にんじん	さといも	23.5	
8 水	おつきみゼリー		かんてん	みかん レモン	さとう みずあめ			
	ごはん				米		577	
	牛乳	乳	牛乳					
	あつやきたまご	卵 大豆 さば	たまご		さとう だいす油	す しょうゆ 塩 魚介エキス		
9 木	そくせきづけ		大豆		キャベツ きゅうり たくあん しょうが		29.1	鶏肉と野菜を煮込み、すきやき風の味付けにしました。
	とりにくのすきやき	魚	大豆 鶏肉 小麦	とりにく かまぼこ やきどうふ	はくさい にんじん ねぶかねぎ	こんにゃく 油 さとう	しょうゆ みりん 酒	
	マーガリンパン	小麦 乳			パン マーガリン さとう		592	
	牛乳	乳	牛乳					
10 金	チキンナゲット	鶏肉 小麦 豚肉 大豆	とりにく	にんにく	パンこ ラード こむぎこ でんぶん 油	しょうゆ 塩 チキンスープ こしょう		
	スパゲッティソテー	魚	小麦 鶏肉 豚肉	まぐろ	たまねぎ にんじん	スパゲッティ 油	塩 こしょう ケチャップ ちゅうのうソース コンソメ	
	ペークンとチンゲンさいのスープ	豚肉 鶏肉 ごま 小麦 大豆	ベーコン	だいこん にんじん とうもろこし チンゲンさい			塩 こしょう チキンブイヨン ちゅうがスープ しょうゆ	21.9
	ちゅうかめん	小麦 乳			めん			
11 木	牛乳	乳	牛乳				578	豚骨ラーメンスープには野菜がたくさん入っています。
	とんこつラーメンスープ	豚肉 鶏肉 ごま 大豆 小麦	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				
	あげぎょうざ		小麦 大豆 豚肉 鶏肉	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	
	やさいのごまざあえ	ごま 小麦 大豆		キャベツ きゅうり	さとう ごま	しょうゆ す 塩	26.8	
12 金	はんかんごはん				米		587	
	牛乳	乳	牛乳					
	きのこカレー	豚肉 乳 小麦 大豆 りんご 鶏肉	ぶたにく 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	カレールウ こしょう ちゅうのうソース チャツネ スープストック		
	ブレーンオムレツ	卵 大豆	たまご		さとう だいす油	塩 す	23.4	
13 木	ほうれんそうサラダ			ほうれんそう もやし にんじん		あおじそドレッシング		
	ごはん				米		571	
	牛乳	乳	牛乳					
	くろはんべんのいそべあげ	魚	さば 大豆 小麦	くろはんべん あおのり				主菜は、青のりの風味が感じられる「黒はんべんの磯辺揚げ」です。
14 火	きんぴらごぼう		豚肉 大豆 小麦	ぶたにく 油あげ	ごぼう にんじん	こんにゃく ごま さとう 油 ごま油	みりん しょうゆ	
	すまじる	魚	大豆 さば 小麦	とうふ かまぼこ	たまねぎ にんじん ほうれんそう		かつおのもと しょうゆ みりん 塩	22.5
	ごはん				米		582	
	牛乳	乳	牛乳					
15 水	やきつくね	鶏肉 豚肉 大豆	とりにく	ごぼう たまねぎ れんこん	さといも ラード でん粉 さとう	しょうゆ 塩		
	もやしとこまつなのがえもの	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	24.2	
	にくじやが	豚肉 小麦 大豆	ぶたにく	にんじん たまねぎ えだまめ	じゃがいも こんにゃく さとう 油	しょうゆ 酒		
	ごはん				米			

○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。

★『』のマークは、どんぶりが付くメニューです。

# 令和7年10月 学校給食献立表 南棟2小

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		
16 木	こくとうパン	小麦 乳			パン こくとう			
	牛乳	乳	牛乳				574	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	豚肉 鶏肉 大豆 小麦	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		26.6	
17 金	ミネストローネ	豚肉 鶏肉 大豆 小麦	ベーコン だいす	たまねぎ にんじん トマト パセリ	マカロニ	塩 コンソメ こしょう		
	ごはん				米			
	牛乳	乳	牛乳				571	実だくさん汁には大豆製品が3種類入っています。 
	あじのこうじやき	魚	あじ		こうじ	塩 みりん		
	だいすのいそに	魚 大豆 小麦	だいす ひじき ちくわ	にんじん	こんにゃく さとう 油	みりん しょうゆ	30.1	
20 月	みだくさんじる	鶏肉 大豆 さば	とりにく とうふ 油あげ みそ	ごぼう はねぎ だいこん	さといも	さばけずり にぼし		
	ほんかんごはん				米			
	牛乳	乳	牛乳				600	なまりぶしそぼろ丼の具をごはんにかけて食べましょう。 
	なまりぶしそぼろ どんのぐ	魚 小麦 卵 大豆	なまりぶし たまご	しょうが えだまめ	さとう 油	酒 しょうゆ 塩	26.7	
21 火	ひじきサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 ドレ(ごま)	ひじき	たけのこ にんじん きゅうり	さとう ごまドレッシング	みりん しょうゆ		
	とりだんごじる	鶏肉 豚肉 大豆 ごま さば 小麦	とりだんご とうふ	こまつな ごぼう にんじん しめじ	ごま油	さばけずり かつおのもと 塩 しょうゆ 酒 みりん		
	せわりパン	小麦 乳			パン		621	
	牛乳	乳	牛乳					
22 水	フランクフルト	豚肉	フランクフルト		さとう	ケチャップ ワイン ちゅうのうソース		
	キャベツサラダ	小麦 大豆		キャベツ こまつな とうもろこし	さとう 油	しょうゆ す	25.6	フランクフルトをパンにはさんで食べましょう。 
	クリームシチュー	鶏肉 豚肉 乳 小麦 大豆	とりにく 牛乳	にんじん たまねぎ エリンギ	じゃがいも 油 なまクリーム	ペシャメルソース 塩 こしょう コンソメ		
	ごはん	リクエスト 献立	乳	牛乳	米		572	
23 木	とりにくのからあげ	鶏肉 小麦 大豆	とりにく		でんぶん こむぎこ 油 さとう	塩 こしょう しょうゆ		大富中学校のリクエスト献立です。 
	きゅうりとだいこんの ひたひた	ごま 小麦 大豆	かつおぶし	きゅうり だいこん	さとう ごま油	しょうゆ す いちみどうがらし		
	さつまじる	大豆 さば	みそ	たまねぎ ごぼう ねぶかねぎ にんじん	さつまいも こんにゃく	にぼし さばけずり	24.1	
	ごはん				米			
24 金	牛乳	乳	牛乳				573	
	ドライトマト	豚肉 小麦 大豆	ぶたにく	しょうが にんにく たまねぎ にんじん レーズン	こむぎこ 油	ワイン カレーこ 塩 しょうゆ ちゅうのうソース		ドライカレーにはレーズンが入っています。 
	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	さとう ごまドレッシング	みりん しょうゆ	24.6	
	うずらたまごのスープ	鶏肉 卵 小麦 大豆	とりにく うずらたまご	とうもろこし たまねぎ チングンさい		塩 こしょう スープストック チキンブイヨン		
27 月	はんかんごはん				米		589	豚丼の具をごはんにかけて食べましょう。 
	牛乳	乳	牛乳					
	ぶたどんのぐ	豚肉 小麦 大豆	ぶたにく なると	たまねぎ しょうが	こんにゃく さとう でんぶん 油	しょうゆ 酒		
	マカロニサラダ (マヨネーズ)	小麦 大豆 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		26.6	
28 火	いもだんごじる	大豆 さば	あぶらあげ みそ	ごぼう だいこん にんじん はねぎ	じゃがいもだんご	にぼし さばけずり		
	ごはん				米		576	
	牛乳	乳	牛乳					
	にくだんごの あますあんかけ	鶏肉 乳 小麦 大豆 卵 ごま	とりにく たまご	たまねぎ	さとう でんぶん バンコ 油	しょうゆ す 塩		
29 水	はるさめサラダ	ごま 小麦 大豆		キヤベツ きゅうり にんじん	はるさめ さとう ごま油 ごま	しょうゆ す	20.6	
	ワンタンスープ	小麦 豚肉 大豆 鶏肉	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 さとう でん粉 油	塩 こしょう スープストック チキンブイヨン		
	マーラリントンパン	小麦 乳			パン マーラリン さとう			
	牛乳	乳	牛乳				596	
30 木	たまごロール	卵 小麦 大豆	たまご		さとう でんぶん 油	す しょうゆ みりん 塩		
	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			
	あきやさいのボトフ	鶏肉 豚肉 大豆 小麦	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 バセリ		スープストック ワイン 塩 チキンブイヨン こしょう	24.2	秋野菜のボトフには、大根やれんこんが入っています。 
	ごはん				米			
31 金	牛乳	乳	牛乳				572	
	さばのカレーやき	魚 さば 大豆 小麦	さば			しょうゆ カレーこ		
	あさづけ	小麦 大豆	こんぶ	キャベツ きゅうり		塩	28.4	旬の里芋を使用したのつべい汁です。 
	のっべいじる	鶏肉 大豆 さば 小麦	とりにく 油あげ	だいこん にんじん ねぶかねぎ	さといも こんにゃく でんぶん	かつおのもと さばけずり しょうゆ 酒 塩		
30 木	ごはん				米		590	
	牛乳	乳	牛乳					
	パオズ	小麦 大豆 豚肉 鶏肉	ぶたにく とりにく	たまねぎ しょうが	こむぎこ でんぶん パンこ さとう	しょうゆ 塩 こしょう		
	ちゅうかサラダ	ごま 小麦 大豆		にんじん もやし きゅうり	ごま さとう ごま油	しょうゆ す		
31 金	マーボーはるさめ	豚肉 ごま 小麦 大豆 鶏肉	ぶたにく	たまねぎ にんじん キャベツ たけのこ ねぎ ほしいたけ	はるさめ ごま油 油 さとう でんぶん	スープストック オイスターソース ちゅうかスープ 塩 トウパンジャン	24.7	
	ロールパン	小麦 乳			パン			
	牛乳	乳	牛乳				659	
	メンチカツ	豚肉 小麦 大豆	ぶたにく	たまねぎ	油 さとう でんぶん パンこ こむぎこ	塩 こしょう ナツメグ		
31 金	さつまいもサラダ (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	ケチャップ スープストック ワイン ちゅうのうソース こしょう	29.6	大井川南小学校のリクエスト献立です。 
	ポークビーンズ	豚肉 大豆 小麦 鶏肉	ぶたにく だいす	たまねぎ にんじん	さとう 油			