

令和8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)	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			たん白質(g)	
1 木	ごはん								こめ							582	じゃがいもの旬は、春と秋の年2回あります。
	牛乳	乳	牛乳														
	とうふステーキみそだれかけ	大豆 鶏肉 小麦	とうにゅう とりにく みそ	しょうが					さとう 油 でんぶん	しょうゆ 酒							
	もやしとこまつなのあえもの	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							
2 金	にくじゃが	豚肉 小麦 大豆	ぶたにく	たまねぎ にんじん さやいんげん					じゃがいも こんにゃく さとう 油	しょうゆ 酒						24.2	
	せわりパン	小麦 乳							パン								
	ブルーベリージャム	乳	牛乳	ブルーベリー					みずあめ さとう								
	牛乳	乳	牛乳														
5 月	さけフライ	さけ 小麦	さけ						パンこ こむぎこ 油	塩 こしょう						584	10月10日は目の愛護デーです。
	かぼちゃサラダ (マヨネーズ)	大豆 マヨ(卵 大豆 りんご)		かぼちゃ きゅうり えだまめ					マヨネーズ								
	やさいスープ	豚肉 小麦 大豆 鶏肉	ベーコン	たまねぎ ほうれんそう にんじん						チキンブイヨン しょうゆ コンソメ 塩							
	ごはん								こめ								
6 火	牛乳	乳	牛乳													574	あじは、漢字で「鰺」と書きます。
	あじのこうじやき		あじ							塩 こうじ							
	ひじきとコーンのサラダ (ごまドレッシング)	ドレ(ごま)	ひじき	とうもろこし きゅうり にんじん					ごまドレッシング								
	みだくさんじる	鶏肉 大豆 さば	とうふ とりにく あぶらあげ みそ	ごぼう にんじん はねぎ					じゃがいも	さばけずり にぼし							
7 水	マーガリンパン	小麦 乳							パン マーガリン							619	大富中学校のリクエスト献立です。
	牛乳	乳	牛乳														
	チキンのハーブやき	鶏肉 大豆	とりにく	パセリ にんにく					でんぶん さとう オリーブ油	塩 しょうゆ チリパウダー マスタード こしょう ハーブ							
	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								
8 木	コーンポタージュ	乳 小麦 大豆 鶏肉	牛乳	とうもろこし たまねぎ にんじん パセリ					バター なまクリーム	ベシヤメルソース 塩 スープストック こしょう						24.6	
	ごはん								こめ								
	牛乳	乳	牛乳														
	ソースカツ	豚肉 大豆 小麦 鶏肉 ごま	ぶたにく						油 でんぶん パンこ さとう	ちゅうのうソース しょうゆ ウスターソース ケチャップ 酒 ちゅうかスープ 塩							
9 金	コーンサラダ			キャベツ とうもろこし きゅうり					コーンクリーミードレッシング							21.7	
	すましじる	大豆 さば 小麦	とうふ かまぼこ	ほうれんそう たまねぎ えのきたけ						かつおのもと しょうゆ みりん 塩							
	ちゅうかめん	小麦							めん								
	牛乳	乳	牛乳														
10 土	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	チンゲンさい もやし にんじん ねぶかねぎ とうもろこし メンマ						しょうゆラーメンスープ かつおのもと にぼし 酒						571	ラーメンスープには、かつおと煮干しの出汁と、やいちゃんなどが入ります。
	あげしゅうまい	豚肉 小麦	ぶたにく	たまねぎ しょうが					パンこ でんぶん こむぎこ さとう 油	塩							
	きゅうりのごまじょうゆあえ	ごま 小麦 大豆		きゅうり					さとう ごま ごま油	しょうゆ す 塩							
	はんかんごはん								こめ								
11 日	牛乳	乳	牛乳													630	食材がわかるように、名前を“即席漬け”から“たくあんあえ”に変えました。
	チキンカレー	鶏肉 小麦 大豆 乳 豚肉 りんご	とりにく チーズ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが					じゃがいも 油	カレールウ スープストック ちゅうのうソース チャツネ こしょう							
	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							
	たくあんあえ	大豆		キャベツ きゅうり たくあん しょうが													
12 月	ごはん								こめ							580	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。
	牛乳	乳	牛乳														
	ちくわのもみじあげ	小麦	ちくわ	にんじん					こむぎこ でんぶん 油								
	れんこんのきんぴら	豚肉 小麦 大豆 ごま	ぶたにく さつまあげ	れんこん にんじん さやいんげん					こんにゃく さとう 油 ごま油	しょうゆ みりん							
13 火	のっぺいじる	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 ほししいたけ					さといも でんぶん	かつおのもと さばけずり しょうゆ 酒 塩						24.3	
	ごはん								こめ								
	牛乳	乳	牛乳														
	しのだに	大豆 鶏肉 豚肉 小麦	あぶらあげ とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん					でんぶん さとう	しょうゆ 塩 みりん							
14 水	やさしいごまあえ	ごま 小麦 大豆		キャベツ こまつな にんじん たまねぎ だいこん にんじん はねぎ					ごま さとう	しょうゆ						589	信田煮とは、油揚げを使った煮物のことです。
	とんじる	豚肉 大豆 さば	とうふ ぶたにく みそ						じゃがいも	さばけずり にぼし							
	アーモンドこざかな	アーモンド ごま 大豆 小麦	いわし						アーモンド さとう ごま	しょうゆ							
	マーガリンパン	小麦 乳							パン マーガリン								
15 木	牛乳	乳	牛乳													609	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。
	トマトポークチャップ	豚肉 大豆 小麦 鶏肉	ぶたにく	たまねぎ トマト エリンギ ピーマン にんにく					でんぶん 油 さとう	ケチャップ スープストック ちゅうのうソース 塩 こしょう							
	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								
	とりにくとやさしいのスープ	鶏肉 豚肉	とりにく	たまねぎ チンゲンさい にんじん						チキンブイヨン コンソメ 塩 こしょう							

○焼津市では、下記の食品を『アレルギー』欄に記載します。(令和8年度より改訂)

えび かに くるみ 小麦 そば 卵 乳 落花生 アーモンド あわび いか いくら オレンジ カシューナッツ
キウイフルーツ 牛肉 ごま さけ さば 大豆 鶏肉 バナナ 豚肉 マカダミアナッツ もも やまいも りんご ゼラチン

○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、どんぶりが付くメニューです。

★『』のマークは、魚介類を使ったメニューです。

★なると はやいちゃんのイラスト入りのなるとです。(アレルギーの小麦を含んでいます)

日	献立名	アレルギー	使われ てい る食 品				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 金	ごはん				こめ		588	旬の里芋を 煮物にしまし た。		
	牛乳	乳	牛乳							
	くろはんべんの いそべあげ	さば 大豆 小麦	くろはんべん あおのり		こむぎこ でんぶん 油		23.4			
	さといものものにもの	鶏肉 大豆 小麦	とりにく	にんじん えだまめ ほししいたけ	さといも さとう 油	しょうゆ みりん				
ちゃんこじる	豚肉 大豆 小麦 さば	とうふ ぶたにく	ごぼう もやし しめじ ねぶかねぎ	こんにゃく	しょうゆ かつおのもと みりん 酒 塩					
19 月	はんかんごはん				こめ		622			
	牛乳	乳	牛乳							
	ハヤシシチュー	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 りんご	ぶたにく	たまねぎ にんじん	じゃがいも 油	ハヤシルウ ワイン ちゅうのうソース チャツネ スーパーストック			20.9	
	とうふナゲット	大豆 小麦 豚肉	とうふ 魚肉 とうにゅう	たまねぎ	さとう こむぎこ でんぶん 油	塩 ボークエキス				
やさしいサラダ			キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし	コールスロードレッシング						
20 火	こくとうパン	小麦 乳			パン こくとう		576	タラの衣に は、ポテトフ レークを使用 しています。		
	牛乳	乳	牛乳							
	タラの ポテトフレークあげ		タラ		じゃがいも でんぶん 油	塩 こしょう	24.9			
	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				
ミネストローネ	小麦 豚肉 大豆 鶏肉	だいず ベーコン	たまねぎ にんじん トマト パセリ	マカロニ	コンソメ 塩 こしょう					
21 水	ごはん				こめ		572	きのこには おなかをさ れいにしてく れる食物繊維 が多く入っ ています。		
	牛乳	乳	牛乳			デミグラスソース ケチャップ ちゅうのうソース ワイン しょうゆ 塩				
	ハンバーグ きのこソース	鶏肉 豚肉 大豆 牛肉 小麦	とりにく ぶたにく	たまねぎ えのきたけ マッシュルーム にんにく しょうが	油 さとう	しょうゆ 塩	24.8			
	アーモンドあえ	小麦 大豆 アーモンド		こまつな もやし にんじん	アーモンド さとう	しょうゆ				
とうふのみそしる	大豆 さば	とうふ あぶらあげ みそ わかめ	だいこん たまねぎ		さばけずり にぼし					
22 木	ごはん				こめ		577	ぎょうざに は、焼津のじ まんの食べ ものの「さ ば」が入っ ています。		
	牛乳	乳	牛乳							
	さばカレーぎょうざ	豚肉 さば 大豆 小麦	ぶたにく さば	キャベツ にんにく しょうが	油 こむぎこ さとう	カレールウ しょうゆ 塩 こしょう	19.3			
	パンサンスー	小麦 大豆 ごま		キャベツ きゅうり にんじん	はるさめ さとう ごま ごま油	しょうゆ す 塩 からし チキンブイヨン 酒 塩 ちゅうかスープ こしょう オイスターソース				
ちゅうかスープ	豚肉 鶏肉 ごま 大豆 小麦	ぶたにく なんと	たまねぎ チンゲンさい にんじん とうもろこし ねぶかねぎ							
23 金	ごはん				こめ		575			
	牛乳	乳	牛乳							
	にくだんごの チリソースあえ	鶏肉 小麦 乳 ごま 大豆 卵 りんご	とりにく たまご	たまねぎ ねぶかねぎ	パンこ さとう 油	ケチャップ チリソース しょうゆ 塩	22.3			
	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				
ワンタンスープ	小麦 豚肉 大豆 ごま 鶏肉	ぶたにく みそ	たまねぎ チンゲンさい たけのこ にんじん しょうが	こむぎこ でんぶん 油 さとう	チキンブイヨン しょうゆ ちゅうかスープ 塩					
26 月	せわりパン	小麦 乳			パン		603	ポトフには、 秋が旬のれ んこんが入っ ています。		
	牛乳	乳	牛乳							
	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	28.6			
	やきそば	小麦 豚肉 いか りんご 大豆	ぶたにく いか	キャベツ たまねぎ にんじん もやし	ちゅうかめん 油	やきそばソース こしょう				
あきやさいのポトフ	豚肉 鶏肉	ウインナー とりにく	だいこん たまねぎ にんじん れんこん パセリ		チキンブイヨン コンソメ ワイン 塩 こしょう					
27 火	ごはん				こめ		616	大井川南小 学校のリクエ スト献立と やいちゃん ランチです。 		
	牛乳	乳	牛乳							
	かつおフライ	小麦	かつお		パンこ こむぎこ 油	塩 こしょう	25.6			
	わふうおかかサラダ		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					
	かきたまじる	卵 大豆 さば 小麦	たまご とうふ なんと わかめ	にんじん たまねぎ ほししいたけ	でんぶん	かつおのもと しょうゆ 塩				
なしゼリー			なし	さとう						
28 水	はんかんごはん				こめ		583	鶏肉と大豆 のそぼろ煮 をごはん にかけて食べ ましょう。 		
	牛乳	乳	牛乳							
	とりにくのだいずの そぼろに	鶏肉 小麦 大豆	とりにく だいず	えだまめ	さとう	しょうゆ みりん 酒	27.2			
	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	しょうゆ みりん				
はるさめスープ	豚肉 鶏肉 ごま 大豆 小麦	ぶたにく	たまねぎ にんじん こまつな しょうが	はるさめ でんぶん	チキンブイヨン しょうゆ ちゅうかスープ 塩 こしょう					
29 木	ごはん				こめ		580			
	牛乳	乳	牛乳							
	やきつくね	鶏肉 大豆 小麦 ごま	とりにく	たまねぎ ごぼう	パンこ さとう 油	しょうゆ みりん 塩	25.0			
	こんぶあえ	小麦 大豆	塩こんぶ	キャベツ きゅうり にんじん		塩				
いもだんごじる	豚肉 大豆 さば	ぶたにく あぶらあげ みそ	だいこん にんじん はねぎ	じゃがいもだんご	さばけずり にぼし					
30 金	キャロットパン	小麦 乳		にんじん	パン マーガリン		576	マーマレード は、かんきつ 類のジャムの ことです。		
	牛乳	乳	牛乳							
	とりにくの マーマレードやき	鶏肉 オレンジ 大豆	とりにく		マーマレード でんぶん	塩	23.7			
	やさしいツナのソーテー	鶏肉 豚肉	まぐろ	もやし こまつな	油	コンソメ 塩 こしょう				
やさしいウインナーのスープ	豚肉 鶏肉	ウインナー	たまねぎ キャベツ にんじん	じゃがいも	チキンブイヨン コンソメ 塩 こしょう					