






日曜日	こんだてめい	アレルギー	つかわれているしょくひんとおもなはたらき				エネルギー (kcal) たんぱく 質(g)	ワンポイント
			ち・きんにく・ほねを つくるしょくひん	からだのちようしを ととのえるしょくひん	ねつ・ちからのもとに なるしょくひん	おもなちようみりよう		
8/27 (金)	ごはん				こめ		633	高洲中学校 のリクエスト 献立です。
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
	しいたけどんのぐ	豚肉 小麦 大豆	ふたにく あぶらあげ	たまねぎ こんにやく にんじん グリーンピース ほししいたけ	しょくぶつゆ さとう	しょうゆ 酒 和風だし		
	ふじえだあえ			キャベツ きゅうり にんじん しそ		塩		
30 (月)	さつまいものみそしる	鶏肉 大豆 さば	とりにく とうふ みそ	だいこん ねぶかねぎ	さつまいも	かつおの素	24.8	
	なし							
	むぎごはん				こめ おおむぎ			
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
31 (火)	あきのカレー	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 しめじ セロリー にんにく	さつまいも しょくぶつゆ	カレールウ チキンブイオン ソース チャツネ こしょう ケチャップ コンソメの素	658	藤枝小学校 のリクエスト 献立です。
	わかさぎのフリッター	小麦 大豆	わかさぎ		しょくぶつゆ こむぎこ パンこ でんぷん	塩 しょうゆ		
	かいそうサラダ (あおじそドレッシング)	ドレ(小麦 大豆)	わかめ こんぶ とさかのり ぶのり	キャベツ きゅうり		あおじそドレッシング		
	ごはん				こめ			
9/1 (水)	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう				727	高洲中学校 のリクエスト 献立です。
	さんまのおやき	小麦 大豆 ごま	かつおぶし	きゅうり	さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢 一味唐辛子		
	きゅうりのひたひた	卵 小麦 大豆	たまご かまぼこ	たまねぎ ほうれんそう にんじん	でんぷん	かつおの素 しょうゆ 塩		
	かきたまじる	さば			さつまいも くり さとう こめこ しょくぶつゆ ショートニング でんぷん			
9/1 (水)	さつまいものタルト	大豆	とうにゅう				26.4	
	ごはん				こめ			
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
	ハンバーグの てりやきソース	鶏肉 豚肉 大豆 小麦	ふたにく とりにく	たまねぎ	さとう でんぷん しょくぶつゆ	塩 チキンブイオン しょうゆ みりん		
2 (木)	あさづけ	ごま 大豆		キャベツ きゅうり たくあん	ごま さとう	塩	23.7	
	ワンタンスープ	豚肉 小麦 大豆 鶏肉	ふたにく	たまねぎ にんじん はねぎ しょうが	ワンタンのかわ	チキンブイオン しょうゆ コンソメの素 酒 塩		
	ロールパン	小麦 乳			パン			
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
2 (木)	しろみざかなフライ	小麦 大豆	ホキ		しょくぶつゆ パンこ こむぎこ	塩	713	
	ごぼうサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 ごま ドレ(小麦 大豆 ごま)		ごぼう きゅうり にんじん	さとう ごま ごまドレッシング	酒 みりん しょうゆ		
	チリコンカーン	豚肉 大豆 乳 小麦	ふたにく だいず チーズ	たまねぎ にんじん パセリ トマト缶 にんにく	しょくぶつゆ	ケチャップ チリミックス ソース ワイン 塩 こしょう		
	ごはん				こめ			
3 (金)	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう				626	
	とうふステーキの みそだれかけ	大豆 鶏肉 小麦	とうにゅう とりにく みそ	ねぶかねぎ しょうが	しょくぶつゆ でんぷん さとう	しょうゆ		
	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 ごま ごまあぶら さとう	しょうゆ 酢		
	けんちんじる	豚肉 大豆 小麦 さば	ふたにく あぶらあげ	だいこん にんじん はねぎ	さといも	かつおの素 しょうゆ 塩		
6 (月)	ごはん				こめ		608	レバーを食 べて鉄分を とりますよ。
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
	わかとりとレバーの ちゅうかあえ	鶏肉 大豆 小麦 ごま	とりにく とりレバー	ねぶかねぎ にんにく しょうが	しょくぶつゆ でんぷん ごまあぶら さとう	しょうゆ 酒 ソース		
	ほうれんそうサラダ	小麦 大豆 ごま		ほうれんそう キャベツ とうもろこし にんじん	さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢 塩		
7 (火)	わかめスープ	豚肉 大豆 小麦 鶏肉	ベーコン わかめ	もやし たけのこ にんじん はねぎ		チキンブイオン しょうゆ スープストック 塩 こしょう	24.2	
	ちゅうかめん	小麦			めん			
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
	とんこつラーメンスープ	豚肉 鶏肉 小麦 大豆 ごま	ふたにく なた	チンゲンサイ にんじん もやし メンマ ねぶかねぎ しょうが にんにく		とんこつラーメンの素 しょうゆ こしょう		
7 (火)	やきぎょうざ	豚肉 鶏肉 小麦 大豆	ふたにく とりにく	キャベツ たまねぎ たら しょうが	こむぎこ しょくぶつゆ さとう	しょうゆ 塩	600	青島東小 学校のリク エスト献立 です。
	くきわかめサラダ (ナムルドレッシング)	ドレ(小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま)	くきわかめ	きゅうり とうもろこし にんじん	ナムルドレッシング			
	あんぱん	乳 大豆	にゅう		みずあめ さとう れんにゅう	あんぱんパウダー		
	あんぱん				こめ			
8 (水)	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう				648	とりそぼろ をごはん にかけて食 べましょ。
	とりそぼろ	鶏肉 卵 小麦 大豆	とりにく たまご	グリーンピース しょうが	さとう しょくぶつゆ	しょうゆ 酒		
	やさいのアーモンドあえ	アーモンド		ほうれんそう キャベツ	アーモンド	塩		
	やさいスープ	豚肉 鶏肉 大豆 小麦	ベーコン	たまねぎ たけのこ にんじん チンゲンサイ		チキンブイオン しょうゆ コンソメの素 こしょう 塩		
9 (木)	せわりパン	小麦 乳			パン		632	ドライカ レーをパン にはさん で食べま しょ。
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
	ドライカレー	豚肉 乳 小麦 大豆	ふたにく チーズ	たまねぎ にんじん ほしぶどう しょうが にんにく	しょくぶつゆ こむぎこ	ソース しょうゆ ワイン 塩 カレーコ オールスパイス		
	ポテトサラダ (マヨネーズドレッシング)	ドレ(大豆)		にんじん きゅうり	じゃがいも マヨネーズドレッシング			
10 (金)	チンゲンサイと にくだんこのスープ	鶏肉 豚肉 大豆 小麦	にくだんこ	チンゲンサイ たまねぎ ほししいたけ	でんぷん	しょうゆ チキンブイオン コンソメの素 こしょう	25.3	
	ごはん				こめ			
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
	かつおフライ	小麦	かつお		しょくぶつゆ パンこ こむぎこ	塩 こしょう		
10 (金)	こまつなとしめじの レモンす	小麦 大豆		こまつな しめじ レモンかじゅう		しょうゆ みりん 酒 和風だし	27.4	
	とんじる	豚肉 大豆 さば	ふたにく とうふ みそ	にんじん はねぎ	さといも	かつおの素		
	ごはん				こめ			

○藤枝市では、国のアレルギー表示基準に基づき、下記の食品を『アレルギー』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

※材料購入の都合などにより献立を変更することがあります。 ※献立表は、藤枝市のホームページにも掲載されます。(藤枝市ホームページ→子育て・教育→教育・学校→学校給食)

日曜日	こんだてめい	アレルギー	つかわれているしょくひんとおもなはたらき				エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	ワンポイント
			ち・きんにく・ほねをつくるしょくひん	からだのちょうしをととのえるしょくひん	ねつ・ちからのもとになるしょくひん	おもなちょうみりょう		
(月)	ごはん				こめ		593	
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
	ぶたキムチ	豚肉 小麦 さば 大豆 りんご	ぶたにく	たまねぎ ほうさいキムチ パプリカ	しょくぶつゆ	しょうゆ 酒		
	そくせきづけ	小麦 大豆	しおこんぶ	キャベツ きゅうり にんじん			24.0	
(火)	はるさめスープ	豚肉 小麦 大豆 鶏肉	ベーコン	チンゲンサイ にんじん ほうししいだけ しょうが	はるさめ	しょうゆ 酒 コンソメの素 塩 こしょう	641	
	マーガリンパン	小麦 乳			パン マーガリン			
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
	ほうれんそうロール	卵 小麦 大豆	たまご	ほうれんそう	さとう でんぷん	かつおだし にほしだし 塩 しょうゆ		
(水)	えだまめサラダ (イタリアンドレッシング)	大豆		えだまめ キャベツ きゅうり にんじん	イタリアンドレッシング		25.8	
	チンゲンサイのクリームに	豚肉 乳 小麦 大豆 鶏肉	ぎゅうにゅう ベーコン チーズ	たまねぎ チンゲンサイ にんじん とうもろこし	しょくぶつゆ	ベシャメルソース こしょう チキンフイオン コンソメの素 塩		
	ごはん				こめ		647	
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
あじのなんばんづけ	小麦 大豆	あじ	ねぶかねぎ	しょくぶつゆ さとう でんぷん	しょうゆ 酢 みりん 一味唐辛子	十五夜 (9/21)にちなんで献立です。		
(木)	いんげんのごまあえ	小麦 大豆 ごま		ざやいんげん もやし にんじん	さとう ごま	しょうゆ	24.9	
	つきなじる	卵 大豆 小麦 さば	うずらたまご かまぼこ	だいこん ごまつな にんじん	さといも	かつおの素 しょうゆ 塩		
	おつきみデザート		かんてん	みかんかじゅう ぶどうかじゅう	さとう みずあめ			
	せわりパン	小麦 乳			パン			
(金)	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう				606	
	フランクフルト	豚肉	フランクフルト		しょくぶつゆ さとう	ケチャップ ソース ワイン		
	きのこスパゲッティ	豚肉 鶏肉 小麦 大豆	ベーコン	たまねぎ にんじん しめじ エリンギ マッシュルーム	スパゲッティ しょくぶつゆ	コンソメの素 塩 こしょう		
	とりにくとやさいのスープ	鶏肉 豚肉	とりにく	チンゲンサイ にんじん だけのこ ねぶかねぎ ほうししいだけ		チキンフイオン 塩 こしょう コンソメの素	27.9	
(土)	ごはん				こめ		654	
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
	やしししゃも		ししゃも		しょくぶつゆ			
	はりはりづけ	小麦 大豆 ごま		きゅうり にんじん きりほしだいこん	さとう ごま ごまあぶら	しょうゆ 酢	長寿食にちなんで献立です。	
(日)	じゃがいものそばろに	鶏肉 大豆 小麦	とりにく なまあげ	たまねぎ にんじん グリンピース	じゃがいも さとう でんぷん しょくぶつゆ	しょうゆ 和風だし		
	げんまいパン	小麦 乳			パン げんまい			
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
	ハムチーズフライ	豚肉 鶏肉 乳 小麦 大豆	ハム チーズ		しょくぶつゆ パンこ こむぎこ			
(月)	ひじきサラダ (あおじそドレッシング)	ドレ (小麦 大豆)	ひじき	とうもろこし きゅうり にんじん		あおじそドレッシング	26.9	
	ポトフ	鶏肉 豚肉 小麦 大豆	ウィンナー とりにく	たまねぎ キャベツ にんじん	じゃがいも	チキンフイオン コンソメの素 しょうゆ 塩 こしょう		
	ごはん				こめ		658	
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
にくだんこのあますあんかけ	鶏肉 豚肉 小麦 大豆	ぶたにく とりにく	たまねぎ	しょくぶつゆ さとう パンこ でんぷん	しょうゆ 酢 塩			
(火)	きんぴらごぼう	豚肉 小麦 大豆 ごま	ぶたにく ちくわ	ごぼう にんじん こんにゃく さやいんげん	さとう ごまあぶら ごま	しょうゆ みりん 一味唐辛子	24.8	
	だいこんのみそしる	大豆 さば	とうふ あぶらあげ みそ	だいこん はねぎ		かつおの素		
	ごはん				こめ		606	
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
さばのみそに	さば 大豆	さば みそ		さとう でんぷん				
(水)	いそあえ	小麦 大豆	のり	ほうれんそう キャベツ にんじん		しょうゆ みりん	25.1	
	みつばのすましじる	大豆 小麦 さば	とうふ かまぼこ	にんじん みつば ほうししいだけ		しょうゆ かつおの素 塩		
	ごはん				こめ		630	
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
しゅうまい	豚肉 小麦	ぶたにく	たまねぎ しょうが	パンこ でんぷん こむぎこ さとう	塩	旬の野菜「なす」を使用しました。		
(木)	ナムル	小麦 大豆 ごま		ほうれんそう もやし にんじん なす たまねぎ だけのこ にんじん はねぎ ほうししいだけ にんにく しょうが	ごま ごまあぶら	しょうゆ	24.5	
	マーボーなす	豚肉 大豆 小麦 鶏肉	ぶたにく とうふ みそ		しょくぶつゆ でんぷん さとう	しょうゆ スーフストック 塩 トウバンジャン		
	ソフトめん	小麦			めん			
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
(金)	ミートソース	豚肉 小麦 乳 鶏肉 大豆	ぶたにく チーズ みそ	たまねぎ にんじん グリンピース マッシュルーム	さとう しょくぶつゆ	ケチャップ トマトピューレ 塩 ソース ホターシュベース ハヤシルーフ スーフストック こしょう	712	
	さつまいもと だいすのあげに	大豆 小麦 ごま	だいす		さつまいも しょくぶつゆ さとう でんぷん ごま	しょうゆ みりん		
	カラフルサラダ (たまねぎドレッシング)	ドレ (りんご 小麦 大豆 鶏肉)		キャベツ きゅうり パプリカ	たまねぎドレッシング			
	ごはん				こめ		658	
ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう						
あつやきたまご	卵 小麦 大豆	たまご		さとう しょくぶつゆ でんぷん	酢 みりん かつおだし しょうゆ 塩			
(土)	わかめのすのもの	小麦 大豆	わかめ	きゅうり とうもろこし	さとう	しょうゆ 酢 塩	24.9	
	ぶたにくとこんにゃくのしょうがに	豚肉 大豆 小麦	ぶたにく さつまあげ	こんにゃく たまねぎ にんじん だけのこ さやいんげん しょうが	さとう しょくぶつゆ	しょうゆ みりん 和風だし		
	ごはん				こめ		661	
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
ぶたにくとコーンのあげに	豚肉 小麦 大豆	ぶたにく	とうもろこし しょうが	でんぷん しょくぶつゆ さとう	しょうゆ			
(日)	やさいのごますあえ	小麦 大豆 ごま		キャベツ きゅうり	さとう ごま	しょうゆ 酢 塩	27.4	
	つみれじる	大豆 さば	つみれ とうふ みそ	だいこん にんじん こんにゃく はねぎ しょうが		かつおの素		