




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	からだのしょうしを ととのえるしょくひん	ねつ・ちからのもとの なるしょくひん	おもなしょうみりょう			
(金)	8/27	ごはん ぎゅうにゅう さばのみそに いそあえ みつばのすましじる	乳 さば 大豆 小麦 大豆 大豆 小麦 さば	ぎゅうにゅう さば みそ のり とうふ かまぼこ	からだのしょうしを ととのえるしょくひん	こめ さとう でんぷん ほうれんそう キャベツ にんじん にんじん みつば ほししいたけ	606 25.1		
	30	せわりパン ぎゅうにゅう フランクフルト きのこスパゲッティー とりにくとやさいの スープ	小麦 乳 乳 豚肉 豚肉 鶏肉 鶏肉 豚肉	ぎゅうにゅう フランクフルト ベーコン とりにく	パン たまねぎ にんじん しめじ エリンギ マッシュルーム チンゲンサイ にんじん だけのこ ねぶかねぎ ほししいたけ	しょくぶつゆ さとう スパゲッティー しょくぶつゆ チキンフイヨン 塩 こしょう コンソメの素	606 27.9		
		31	ごはん ぎゅうにゅう とりそぼろ やさいのアーモンドあえ やさいスープ	乳 鶏肉 卵 小麦 大豆 アーモンド 豚肉 鶏肉 大豆 小麦	ぎゅうにゅう とりにく たまご たまご ベーコン	こめ グリーンピース しょうが ほうれんそう キャベツ たまねぎ だけのこ にんじん チンゲンサイ	さとう しょくぶつゆ アーモンド チキンフイヨン しょうゆ コンソメの素 こしょう 塩	648 24.3	とりそぼろ をごはんに かけて食べ まじょう。
			9/1	ごはん ぎゅうにゅう ハンバーグの てりやきソース あさづけ ワンタンスープ	乳 鶏肉 豚肉 小麦 大豆 ごま 大豆 豚肉 小麦 大豆 鶏肉	ぎゅうにゅう ふたにく とりにく たまねぎ ふたにく	たまねぎ キャベツ きゅうり たくあん たまねぎ にんじん はねぎ しょうが	こめ さとう でんぷん しょくぶつゆ ごま さとう ワンタンのかわ	塩 チキンフイヨン しょうゆ みりん 塩 チキンフイヨン しょうゆ コンソメの素 酒 塩
2	ごはん ぎゅうにゅう しいたけどんぐ ふじえだあえ さつまいものみそしる なし	乳 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 大豆 さば なし		ぎゅうにゅう ふたにく あぶらあげ ふたにく なし	たまねぎ こんにゃく にんじん グリーンピース ほししいたけ キャベツ きゅうり にんじん しそ だいこん ねぶかねぎ	こめ しょくぶつゆ さとう 塩 かつおの素	633 24.8	高洲中学校 のリクエスト 献立です。	
	3	ごはん ぎゅうにゅう さんまのしおやき きゅうりのひだひだ かきたまじる さつまいものタルト		乳 小麦 大豆 ごま 卵 小麦 大豆 さば 大豆	ぎゅうにゅう さんま かつおぶし たまご かまぼこ とうにゅう	きゅうり たまねぎ ほうれんそう にんじん 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	こめ しょくぶつゆ さとう ごまあぶら でんぷん かつおの素 しょうゆ 塩	727 26.4	高洲中学校 のリクエスト 献立です。
		6		ロールパン ぎゅうにゅう しろみざかなフライ ごぼうサラダ (ごまドレッシング) チリコンカーン	小麦 乳 乳 小麦 大豆 小麦 大豆 ごま 豚肉 大豆 乳 小麦	ぎゅうにゅう ホキ ごぼう きゅうり にんじん ふたにく だいす チーズ	パン しょくぶつゆ パンこ こむぎこ ごぼう きゅうり にんじん たまねぎ にんじん パセリ トマト缶 にんにく	こめ しょくぶつゆ さとう さとう ごま ごまドレッシング しょくぶつゆ ケチャップ チリマックス ソース ワイン 塩 こしょう	713 31.9
			7	ごはん ぎゅうにゅう わかどりとレバーの ちゅうかあえ ほうれんそうサラダ わかめスープ	乳 鶏肉 大豆 小麦 大豆 ごま 豚肉 大豆 小麦 鶏肉	ぎゅうにゅう とりにく とりレバー ほうれんそう キャベツ とうもろこし にんじん ベーコン わかめ	こめ ねぶかねぎ にんにく しょうが ほうれんそう もやし にんじん もやし だけのこ にんじん はねぎ	しょくぶつゆ でんぷん こまあぶら さとう さとう ごまあぶら チキンフイヨン しょうゆ スープストック 塩 こしょう	608 24.2
8				ごはん ぎゅうにゅう しゅうまい ナムル マーボーなす	乳 豚肉 小麦 小麦 大豆 ごま 豚肉 大豆 小麦 鶏肉	ぎゅうにゅう ふたにく ふたにく とうふ みそ	たまねぎ しょうが 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 ほししいたけ にんにく しょうが	こめ パンこ でんぷん こむぎこ さとう ごま ごまあぶら しょくぶつゆ でんぷん さとう	塩 しょうゆ しょうゆ スープストック 塩 トウハンジャン
	9	ちゅうかめん ぎゅうにゅう とんこつラーメンスープ やきぎょうざ くさわかめサラダ (ナムルドレッシング) あんこにとうふ		小麦 豚肉 鶏肉 小麦 大豆 小麦 豚肉 鶏肉 小麦 大豆 ドレ(小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま) 乳 大豆	ぎゅうにゅう ふたにく なると ふたにく とりにく くさわかめ にゅう	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 キャベツ たまねぎ にら しょうが きゅうり とうもろこし にんじん	こめ こむぎこ しょくぶつゆ さとう ナムルドレッシング みずあめ さとう れんにゅう	600 23.4	青島東小 学校のリクエ スト献立です。
		10	ごはん ぎゅうにゅう にくたんこの あますあなかけ きんぴらごぼう だいこんのみそしる	乳 鶏肉 豚肉 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 小麦 大豆 さば	ぎゅうにゅう ふたにく とりにく ふたにく ちくわ とうふ あぶらあげ みそ	たまねぎ ごぼう にんじん こんにゃく さやいんげん だいこん はねぎ	こめ しょくぶつゆ さとう パンこ でんぷん さとう ごまあぶら ごま しょうゆ みりん 一味唐辛子 かつおの素	658 24.8	

○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		
13 (月)	げんまいパン ぎゅうにゅう	小麦 乳			パン げんまい		672	
	ハムチーズフライ	豚肉 鶏肉 乳 小麦 大豆	ぎゅうにゅう	ハム チーズ	しょくぶつゆ パンこ こむぎこ			
	ひじきサラダ (あおじそドレッシング)	大豆		ひじき	とうもろこし きゅうり にんじん		26.9	
14 (火)	わさびごはん ぎゅうにゅう	小麦 乳	ぎゅうにゅう		こめ おおむぎ		658	藤枝小学校 のリクエスト 献立で す。
	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	カレールー チキンブイヨン ソース チャツネ こしょう ケチャップ コンソメの素		
	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		
15 (水)	かいそうサラダ (あおじそドレッシング)	大豆		わかめ こんぶ とさかのり ぶのり	キャベツ きゅうり		626	
	ごはん ぎゅうにゅう	小麦 乳	ぎゅうにゅう		こめ			
	とうふステーキの みそだれがけ	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	23.5	
16 (木)	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 こまあぶら さとう	しょうゆ 酢	641	
	けんちんじる	豚肉 大豆 小麦 さば	ぶたにく 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		
	マーガリンパン ぎゅうにゅう	小麦 乳	ぎゅうにゅう		パン マーガリン			
17 (金)	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 にぼしだし 塩 しょうゆ	25.8	
	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			
	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 パーコン 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	パジャメルソース こしょう チキンブイヨン コンソメの素 塩		
21 (火)	ごはん ぎゅうにゅう	小麦 乳	ぎゅうにゅう		こめ		661	
	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		
	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	
22 (水)	ごはん ぎゅうにゅう	小麦 乳	ぎゅうにゅう		こめ		647	十五夜 (9/21)にち なんだ献立 です。
	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		
	いんげんのごますあえ	小麦 大豆 ごま	うすらたまご かまぼこ	ざいりんげん もやし にんじん だいこん こまつな にんじん	さとう ごま さといも	しょうゆ かつおの素 しょうゆ 塩	24.9	
24 (金)	おつきみデザート	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	654	長寿食にち なんだ献立 です。
	ごはん ぎゅうにゅう	小麦 乳	ぎゅうにゅう		こめ			
	やしきしゃも	小麦 大豆 ごま	ししゃも		しょくぶつゆ			
27 (月)	はりはりづけ	小麦 大豆 ごま		きゅうり にんじん きりぼしだいこん	さとう ごま こまあぶら	しょうゆ 酢	593	
	じゃがいものそぼろに	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		
	ごはん ぎゅうにゅう	小麦 乳	ぎゅうにゅう		こめ			
28 (火)	ぶたキムチ	豚肉 小麦 さば 大豆 りんご	ぶたにく	たまねぎ はくさいキムチ パプリカ	しょくぶつゆ	しょうゆ 酒	24.0	
	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				
	はるさめスープ	豚肉 小麦 大豆 鶏肉	パーコン	チンゲンサイ にんじん ほししいたけ しょうが	はるさめ	しょうゆ 酒 コンソメの素 塩 こしょう		
29 (水)	せわりパン ぎゅうにゅう	小麦 乳	ぎゅうにゅう		パン		632	ドライカ レーをパン にはさんで 食べましょ う。
	ドライカレー	豚肉 小麦 大豆	ぶたにく 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)	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		25.3	
30 (木)	チンゲンサイと にくだんごのスープ	鶏肉 豚肉 大豆 小麦	にくだんご	チンゲンサイ たまねぎ ほししいたけ	でんぷん	しょうゆ チキンブイヨン コンソメの素 こしょう	712	藤枝小学校 のリクエスト 献立で す。
	ごはん ぎゅうにゅう	小麦 乳	ぎゅうにゅう		こめ			
	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	24.9	
29 (水)	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	635	
	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 たけのこ 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 ぎゅうにゅう	小麦 乳	ぎゅうにゅう		こめ			
30 (木)	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	27.4	
	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		
	とんじる	豚肉 大豆 さば	ぶたにく とうふ みそ	にんじん はねぎ	さといも	かつおの素		
30 (木)	ソフトめん ぎゅうにゅう	小麦 乳	ぎゅうにゅう		めん		712	藤枝小学校 のリクエスト 献立で す。
	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 ポタージュベース パヤシルク スーフストック こしょう		
	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	23.9	
カラフルサラダ (たまねぎドレッシング)	大豆 小麦 鶏肉		キャベツ きゅうり パプリカ	たまねぎドレッシング				