




日曜日	献立名	アレルギー	使われている食品とおもな働き				調味料	エネルギー (kcal) たんぱく	ワンポイント
			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)				
8 (水)	<h1>全校欠食</h1>								
9 (木)	<h1>全校欠食</h1>								
10 (金)	ごはん					こめ		611	
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう						
	ちくわのいそべあげ	小麦	ちくわ あおのり			こむぎこ でんぷん しょうぶつゆ			
13 (月)	きんぴらごぼう	小麦 小麦 大豆 豚肉	ぶたにく あぶらあげ	ごぼう こんにやく にんじん さやいんげん		さとう ごま ごまあぶら しょうぶつゆ	しょうゆ みりん 一味とうがらし	27.9	大洲小学校 の授業作成 献立です。
	かきたまじる	卵 小麦 さば 大豆 鶏肉	たまご とりにく	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		
	ごはん					こめ			
14 (火)	メンチカツ	小麦 大豆 豚肉	ぶたにく	たまねぎ		パンこ こむぎこ でんぷん さとう しょうぶつゆ	塩 こしょう	585	大洲小学校 の授業作成 献立です。
	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 しょうぶつゆ	しょうゆ 酢	23.1	
	たけのこのみそしる	さば 大豆	とうふ あぶらあげ わかめ みそ	たけのこ だいこん にんじん			かつおの素		
15 (水)	おつかひりかけ		かつおぶし のり	まっちゃん		こめ		587	
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう			さとう でんぷん	塩		
	あつきたまご	卵 小麦 大豆	たまご			さとう しょうぶつゆ でんぷん	酢 みりん かつおだし しょうゆ 塩		
16 (木)	ひじきのいために	小麦 大豆	だいす ちくわ あぶらあげ ひじき	にんじん さやいんげん		さとう しょうぶつゆ	しょうゆ みりん 和風だし	26.7	春が旬の キャベツを あえ物にし ました。
	けんちんじる	小麦 大豆 さば 鶏肉	とうふ とりにく	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		
	ちゅうかめん	小麦				めん		593	
17 (金)	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					23.7	春が旬の キャベツを あえ物にし ました。
	しょうゆラーメンスープ	小麦 大豆 豚肉 鶏肉	ぶたにく なた わかめ	もやし にんじん チンゲンサイ メンマ とうもろこし		こむぎこ しょうぶつゆ はるさめ こめこ でんぷん さとう	しょうゆ ラーメンの素 酒 チキンブイヨン 塩		
	はるまき	小麦 大豆 豚肉	ぶたにく	にんじん たまねぎ キャベツ しょうが ほししいたけ		さとう	しょうゆ 塩		
18 (土)	キャベツのなんばんづけ	小麦 ごま 大豆		キャベツ きゅうり		さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢 一味とうがらし		
	ごはん					こめ		591	
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう						
ポークしゅうまい	小麦 大豆 豚肉 鶏肉	ぶたにく とりにく たら	たまねぎ		こむぎこ でんぷん さとう	しょうゆ 塩			
19 (日)	ナムル	小麦 ごま 大豆		ほうれんそう もやし にんじん		ごま ごまあぶら	しょうゆ	27.3	入学・進学 のお祝い献 立です。
	マーボー豆腐	小麦 大豆 豚肉 鶏肉	とうふ とりにく ぶたにく みそ	たまねぎ にんじん はねぎ たけのこ ほししいたけ にんにく しょうが		さとう でんぷん しょうぶつゆ	しょうゆ スープストック トウバンジャン		
	ロールパン	小麦 乳				パン		598	
20 (月)	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					26.5	入学・進学 のお祝い献 立です。
	フィッシュナゲット	小麦 大豆 豚肉	あじ イトヨリダイ タラ キントキタイ グチ ハタ	たまねぎ		しょうぶつゆ さとう でんぷん こむぎこ	塩 しょうゆ		
	やさいのアーモンドあえ	アーモンド		キャベツ こまつな		アーモンド	ケチャップ ソース ワイン スープストック 塩 トマトピューレ		
21 (火)	ポークビーンズ	乳 大豆 豚肉 鶏肉	ぶたにく だいす チーズ	たまねぎ にんじん パセリ にんにく		じゃがいも さとう しょうぶつゆ			
	ごはん					こめ		603	入学・進学 のお祝い献 立です。
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう						
わかどりのからあげ	鶏肉	ぶたにく とりにく			しょうぶつゆ	からあげこ しょうゆ みりん 酒 和風だし			
22 (水)	こまつなとしめじのレモンす	小麦 大豆		こまつな しめじ レモン果汁			かつおの素 しょうゆ 塩	23.9	フランクフル トをパンで 食べましょ う。
	みつばのすましじる	小麦 さば 大豆	とうふ かまぼこ	たまねぎ にんじん みつば ほししいたけ		さとう みずあめ			
	おいわいいちごゼリー	大豆	とうにゅう	いちご					
23 (木)	ごはん					こめ		613	葉梨小学 校のリエス ト献立で す。
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう						
	とりそぼろ	小麦 卵 大豆 鶏肉	とりにく たまご	グリーンピース しょうが		さとう しょうぶつゆ	しょうゆ 酒		
24 (金)	ふじえだあえ			キャベツ きゅうり しそ			塩	25.5	フランクフル トをパンで 食べましょ う。
	みだくさんじる	さば 大豆	とうふ あぶらあげ みそ	こんにやく ごぼう にんじん しめじ はねぎ		さといも	かつおの素		
	せわりパン	小麦 乳				パン		579	
25 (土)	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					23.6	フランクフル トをパンで 食べましょ う。
	フランクフルト	豚肉	フランクフルト			しょうぶつゆ さとう	ケチャップ ソース ワイン		
	ごぼうサラダ (ごまドレッシング)	小麦 ごま 大豆 ドレ(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		
ベーコンと チンゲンサイのスープ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ベーコン	チンゲンサイ たまねぎ もやし にんじん		でんぷん	しょうゆ スープストック チキンブイヨン 塩 酒			

○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。

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

※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。

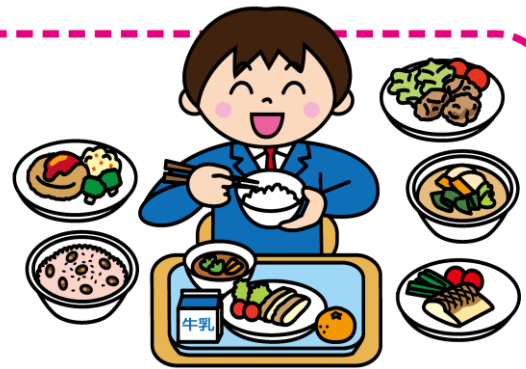
日 曜日	献立名	アレルギー	使われている食品とおもな働き				エネルギー (kcal) たんぱく	ワンポイント
			体を作る食品 (赤色)	体の調子を整える食品 (緑色)	エネルギーの もとになる食品 (黄色)	調味料		
(木)	ごはん				こめ		587	葉梨小学校 のリクエスト 献立で す。
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
	かつおフライ	小麦	かつお		パンこ こむぎこ しょうぶつゆ	塩 こしょう		
	もやしのちゅうかあえ	小麦 ごま 大豆		もやし きゅうり にんじん	さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢 塩 一味とうがらし		
ワンタンスープ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ぶたにく	たまねぎ にんじん はねぎ しょうが	ワンタンのかわ	しょうゆ チキンブイオン コンソメの素 酒 塩	25.7		
(金)	ロールパン	小麦 乳			パン		617	
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
	ハンバーグ	小麦 牛肉 大豆	とりにく ぶたにく	たまねぎ にんにく しょうが トマト	さとう しょうぶつゆ	デミグラスソース ソース トマトピューレ ワイン 塩 こしょう しょうゆ		
	デミグラスソース	小麦 鶏肉 豚肉						
	マカロニサラダ (マヨネーズドレッシング)	小麦 ドレ(大豆)		キャベツ きゅうり とうもろこし	マカロニ	マヨネーズドレッシング		
やさいスープ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ベーコン	たまねぎ にんじん もやし ほうれんそう	チキンブイオン しょうゆ コンソメの素 塩 こしょう				
チーズ	乳	チーズ						
(月)	ごはん				こめ		588	
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
	ぶたにくのしょうがいため	小麦 大豆 豚肉	ぶたにく	たまねぎ チンゲンサイ ほししいたけ にんにく しょうが	さとう しょうぶつゆ でんぷん	しょうゆ 酒		
	あさづけ	大豆 ごま		キャベツ きゅうり たくあん	ごま	塩		
いもだんごじる	大豆 さば 鶏肉	とりにく あぶらあげ みそ	たまねぎ にんじん はねぎ しょうが	じゃがいもだんご	かつおの素			
(火)	ごはん				こめ		584	さわらは、 春が旬の魚 です。
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
	さわらのこうじやき		さわら		こめこうじ しょうぶつゆ	みりん 塩		
	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				
にくじゃが	小麦 大豆 豚肉	ぶたにく なまあげ	たまねぎ こんにやく にんじん グリーンピース	じゃがいも さとう しょうぶつゆ	しょうゆ みりん 和風だし			
(木)	ごはん				こめ		608	
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
	ポークカレー	乳 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 りんご	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん セロリー にんにく	じゃがいも しょうぶつゆ	カレーウ ソース こしょう チャツネ ケチャップ コンソメの素 チキンブイオン		
	プレーンオムレツ	卵 大豆	たまご		さとう しょうぶつゆ	塩 酢		
カラフルサラダ (イタリアンドレッシング)			キャベツ きゅうり パプリカ	イタリアンドレッシング				

こ入学・ご進級おめでとうございます

春のやわらかな日差しが心地よい季節となりました。今年度も、毎日の給食時間が心待ちになるような、おいしく魅力ある給食作りに努めていきたいと思ひます。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願ひいたします。

給食から学べること

- 健康によい食事のとり方
- 地域の産業
- 伝統行事や行事食
- 環境への配慮
- 日本や世界の食文化
- 感謝の心 など



藤枝市には3つの給食センターがあり、市内27校の小中学校に配送しています

- 中部給食センター
藤枝小学校・西益津小学校・藤枝中央小学校・高洲南小学校・高洲小学校・広幡小学校・藤岡小学校
岡部小学校・朝比奈第一小学校・西益津中学校・広幡中学校・岡部中学校
- 北部給食センター
青島東小学校・青島北小学校・葉梨小学校・葉梨西北小学校・稲葉小学校・瀬戸谷小学校
藤枝中学校・葉梨中学校・瀬戸谷中学校・青島北中学校
- 西部給食センター
青島小学校・大洲小学校・青島中学校・高洲中学校・大洲中学校

