

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 質(g)	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		
26 (水)	全 校 欠 食							
27 (木)	全 校 欠 食							
28 (金)	全 校 欠 食							
31 (月)	ごはん ぎゅうにゅう ヒビンバ きゅうりのひたひた わかめスープ フローズンヨーグルト	乳 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 ごま 小麦 大豆 鶏肉 乳	ぎゅうにゅう ぶたにく かつおぶし ベーコン わかめ ヨーグルト		こめ さとう しょうぶつゆ でんぶん さとう ごまあぶら	しょうゆ 酒 みりん トウバンジャン しょうゆ 酢 チキンブイヨン スープストック しょうゆ 塩 こしょう	573 27.4	
1 (火)	ごはん ぎゅうにゅう さんまのしおやき あさづけ ぶたにくとこんにゃく のしょうがに	乳 大豆 ごま 小麦 大豆 豚肉	ぎゅうにゅう さんま ぶたにく さつまあげ		こめ しょうぶつゆ ごま さとう しょうぶつゆ	塩 塩 しょうゆ みりん 和風だし	609 27.4	
2 (水)	ロールパン ぎゅうにゅう タラのポテトフライ カラフルサラダ (イタリアンドレッシング) パンポンキョウバタージュ	小麦 乳 乳 小麦 乳 小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉	ぎゅうにゅう すけそくだら ぎゅうにゅう		パン じゃがいも でんぶん しょうぶつゆ イタリアンドレッシング なまクリーム しょうぶつゆ	塩 こしょう ベシャメルソース チキンブイヨン コンソメの素 塩 こしょう	597 23.0	かぼちゃを 使ってポ タージュを 作りまし た。 
3 (木)	ごはん ぎゅうにゅう てりやきハンバーグ えだまめのしおゆで みそしる	乳 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 大豆 さば 大豆 鶏肉	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく えだまめ とうふ とりにく みそ		こめ さとう しょうぶつゆ でんぶん しょうゆ みりん 塩 塩 かつおの素	580 25.7	朝比奈第一 小学校の授 業作成献立 です。	
4 (金)	ごはん ぎゅうにゅう かつおそぼろ こまつなとしめじ のしモンす けんちんじる	乳 小麦 卵 大豆 小麦 大豆 小麦 さば 大豆 鶏肉	ぎゅうにゅう かつおなまりぶし たまご とうふ とりにく あぶらあげ		こめ さとう しょうぶつゆ さといも しょうゆ しょうぶつゆ さとう	しょうゆ 酒 塩 しょうゆ みりん 和風だし 酒 しょうゆ かつおの素 塩	586 29.7	かつおそぼ ろをご飯に のせて食べ ましょう。
7 (月)	ごはん ぎゅうにゅう さつまいもカレー だいずとにほしのあげに かいそうサラダ (あおじそドレッシング)	乳 小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉 りんご 小麦 大豆 ごま	ぎゅうにゅう とりにく チーズ だいず かたくちいわし わかめ くきわかめ こんぶ とさかのり ぶりのり		こめ さつまいも しょうぶつゆ でんぶん さとう しょうぶつゆ ごま	カレールウ チキンブイヨン ソース ケチャップ チャツネ コンソメの素 こしょう しょうゆ みりん 青じそドレッシング	613 23.4	秋が旬のさ つまいもを カレーに入 れました。 
8 (火)	ごはん ぎゅうにゅう さばのたつたあげ ごまあえ みつばのすましじる れいとうみかん	乳 小麦 さば 大豆 小麦 大豆 ごま 小麦 さば 大豆	ぎゅうにゅう さば キャベツ こまつな にんじん とうふ かまぼこ みかん		こめ でんぶん しょうぶつゆ ごま さとう	しょうゆ みりん しょうゆ かつおの素 塩	594 23.2	
9 (水)	ソフトめん ぎゅうにゅう とりにくとトマトのソース プレーンオムレツ ゆでやさい (わふうドレッシング)	小麦 乳 小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉 卵 大豆	ぎゅうにゅう とりにく チーズ みそ たまご キャベツ きゅうり とうもろこし		めん さとう しょうぶつゆ さとう だいずあぶら 和風ドレッシング	グチャップ トマトピューレ ソース ポタージュベース ハヤシルウ スープストック 塩 こしょう 塩 酢	626 26.1	

○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 パナナ 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。

令和8年度

8・9月分学校給食献立表

小学校

藤枝市立西部学校給食センター

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 質(g)	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 ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう		こめ		587	敬老の日に ちなんだ長 寿食の献立 です。 
	いわしのしょうがに	小麦 大豆	いわし	しょうが	さとう 水あめ	しょうゆ 酢		
	ごもくにまめ	小麦 大豆 鶏肉	だいず とりにく ちくわ	にんじん ごぼう さやいんげん	さとう しょうぶつゆ	しょうゆ 和風だし	28.9	
	みだくさんじる	さば 大豆 豚肉	とうふ ぶたにく みそ あぶらあげ	こんにゃく だいこん にんじん はねぎ	さといも	かつおの素		
(金)	こくとうパン ぎゅうにゅう	小麦 乳	ぎゅうにゅう		パン こくとう		600	レバーには 鉄分が多く 含まれていま す。 
	とりにくとレバーの チリソースあえ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 りんご	とりにく とりレバー	たまねぎ しょうが にんにく	でんぶん しょうぶつゆ さとう	クチャップ チリソース スープストック		
	もやしのちゅうかあえ	小麦 大豆 ごま		もやし きゅうり	さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢 塩	26.7	
	ワントンスープ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ベーコン	たまねぎ にんじん はねぎ しょうが	ワントンのかわ	チキンブイヨン しょうゆ コンソメの素 酒 塩		
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう		こめ		580	瀬戸谷小学 校のリクエ スト献立で す。 
	やきぎょうざ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ぶたにく とりにく	キャベツ たまねぎ にら しょうが	こむぎこ でんぶん さとう しょうぶつゆ	しょうゆ 塩		
	ふじえだあえ			キャベツ きゅうり しそ		塩	22.2	
	とんじる	さば 大豆 豚肉	とうふ ぶたにく あぶらあげ みそ	たまねぎ こんにゃく はねぎ	じゃがいも	かつおの素		
(火)	ごはん ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう		こめ		586	
	ソースかつ	小麦 大豆 豚肉	ぶたにく		パンこ しょうぶつゆ さとう でんぶん	ソース 酒 クチャップ しょうゆ 塩		
	やさしいごますあえ	小麦 大豆 ごま		キャベツ きゅうり	さとう ごま	酢 しょうゆ 塩	24.8	
	かきたまじる	小麦 卵 さば 大豆 鶏肉	たまご とりにく かまぼこ	たまねぎ ほうれんそう にんじん	でんぶん	しょうゆ かつおの素 塩		
(水)	げんまいパン ぎゅうにゅう	小麦 乳	ぎゅうにゅう		パン げんまい		613	
	にくだんこのあます あんかけ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ぶたにく とりにく	たまねぎ	パンこ さとう しょうぶつゆ でんぶん	しょうゆ 酢 塩		
	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		26.0	
	キムチスープ	小麦 さば 大豆 鶏肉 豚肉 りんご	とうふ ぶたにく	はくさいキムチ はくさい ねぶかねぎ にんじん しめじ しょうが にんにく		チキンブイヨン しょうゆ キムチの素 和風だし 塩		
(木)	ごはん ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう		こめ		592	9月25日 の十五夜に 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	でんぶん さとう しょうぶつゆ	しょうゆ 酢 みりん 一味とうがらし		
	やさしいアーモンドあえ	アーモンド		キャベツ こまつな	アーモンド	塩	23.5	
	つきなじる	小麦 卵 さば 大豆	うすらのたまご かまぼこ	だいこん にんじん ほうれんそう	さといも	しょうゆ かつおの素 塩		
(金)	おつきみゼリー		かんてん	みかん果汁 レモン果汁	さとう 水あめ			
	ごはん ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう		こめ		587	
	ボークレッシュまい	小麦 豚肉	ぶたにく	たまねぎ しょうが	パンこ こむぎこ でんぶん さとう	塩		
	パンサンスー	小麦 大豆 ごま		もやし きゅうり にんじん	はるさめ さとう ごま ごまあぶら	しょうゆ 酢 塩	23.9	
(木)	ごはん ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう		こめ		604	ドライカ レーをご飯 にのせて食 べましょ う。 
	ドライカレー	小麦 乳 大豆 豚肉	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん レーズン しょうが にんにく	こむぎこ しょうぶつゆ	ソース ワイン しょうゆ カレー 塩 オールスパイス		
	さつまいもサラダ (マヨネーズドレッシング)	ドレ(大豆)		きゅうり にんじん	さつまいも マヨネーズドレッシング		21.3	
	やさしいスープ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ベーコン	たまねぎ キャベツ ほうれんそう もやし		チキンブイヨン しょうゆ コンソメの素 塩 こしょう		
(金)	ちゅうかめん ぎゅうにゅう	小麦 乳	ぎゅうにゅう		めん		597	
	しょうゆラーメンスープ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ぶたにく なんと わかめ	チンゲンサイ にんじん メンマ とうもろこし		しょうゆラーメンスープの素 チキンブイヨン 酒 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	しょうぶつゆ こむぎこ はるさめ こめこ でんぶん さとう	しょうゆ 塩	23.5	
	もやしとこまつな のあえもの	小麦 大豆 ごま	のり	もやし こまつな にんじん	ごま さとう	しょうゆ 酢 和風だし		
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう		こめ		588	
	あつやきたまご	小麦 卵 大豆	たまご		さとう しょうぶつゆ でんぶん	酢 みりん かつおだし しょうゆ		
	ひじきのいために	小麦 大豆 鶏肉	とりにく 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	23.9	
	いもだんごじる	さば 大豆 豚肉	ぶたにく みそ	にんじん だいこん こまつな しめじ しょうが	じゃがいもだんご	かつおの素		
(火)	ごはん ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう		こめ		602	
	くろはんべんのいそべあげ	小麦 さば	くろはんべん あおのり		こむぎこ でんぶん しょうぶつゆ			
	そくせきづけ	小麦 大豆	塩こんぶ	キャベツ きゅうり にんじん			23.0	
	にくじゃが	小麦 大豆 豚肉	ぶたにく なまあげ	たまねぎ こんにゃく 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		
(水)	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		610	
	トマトボークチャップ	大豆 鶏肉 豚肉	ぶたにく	たまねぎ トマト缶 エリンギ ピーマン にんにく	でんぶん しょうぶつゆ さとう	クチャップ ソース 塩 スープストック こしょう		
	ごぼうサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 ごま ドレ(ごま)		ごぼう きゅうり	さとう ごま ごまドレッシング	酒 みりん しょうゆ	27.7	
	キャベツとベーコン のスープ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま	ベーコン	キャベツ もやし にんじん ほうれんそう		チキンブイヨン しょうゆ 中華スープ 塩 こしょう		