

日	献立名	アレルゲン	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		その他の食品	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) しじょう (g)
			たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミンC・食物繊維	炭水化物	脂質		
3 (月)	牛乳	乳		牛乳						743
	食パン アブリコットジャム	(パン)小麦 乳						パン ジャム		29.2
	クラムチャウダー	乳 鶏肉 豚肉	鶏肉 あさり ベーコン	牛乳 チーズ 脱脂粉乳	にんじん パセリ	たまねぎ		じゃがいも 米粉	油 バター	ブイヨン 塩 こしょう ローレル
4 (火)	フレンチサラダ				にんじん	キャベツ きゅうり たまねぎ コーン		砂糖	油	
	豆乳プリン	大豆						プリン		
	ごはん	乳		牛乳				ごはん		728
5 (水)	鯖(さば)のピリ辛ソースかけ	さば りんご	鯖でん粉付き		葉ねぎ	りんご		砂糖	油	しょうゆ 酒 豆板醤
	キャベツの甘酢和え	ごま		昆布		キャベツ		砂糖		塩 酢 七味
	沢煮椀	豚肉	豚肉		にんじん	だいこん たけのこ ごぼう みつば	しいたけ しょうが			だし昆布 しょうゆ 酒 塩 鯉削り節
6 (木)	牛乳	乳		牛乳						763
	開化丼	牛肉 豚肉	牛肉 豚肉 かまぼこ		にんじん	たまねぎ さやえんどう	しらたき			ごはん 砂糖
	大根ときゅうりのごまちりめん和え	ごま		ちりめん干し		だいこん きゅうり		砂糖	油 ごま	塩 酢 しょうゆ
7 (金)	牛乳	乳		牛乳						751
	ごはん	乳		牛乳						763
	豚肉とじゃがいもの揚げ煮	豚肉	豚肉		にんじん	たまねぎ しょうが		じゃがいも	油	しょうゆ
10 (月)	キャベツとわかめのみそ汁	大豆	みそ 油揚げ	わかめ		キャベツ ひらたけ				29.8
	ミニフィッシュ			ミニフィッシュ						20.4
	牛乳	乳		牛乳						732
11 (火)	ミートソースサンド	(パン)小麦 乳(バター)小麦 大豆	豚肉	チーズ	トマト にんじん	たまねぎ マッシュルーム		パン	オリーブオイル	塩 こしょう ブイヨン ソース
	スティックチーズ	乳	牛肉	チーズ		パセリ	にんにく	レンズ豆 パン粉		クチャップ ワイン ローレル
	野菜スープ	豚肉 鶏肉	鶏肉 ベーコン		こまつな にんじん	もやし		じゃがいも		鯉削り節 塩 ブイヨン
12 (水)	ブルーベリーゼリー							ゼリーの素		25.6
	牛乳	乳		牛乳						763
	中華あんかけラーメン	小麦			にんじん	もやし たまねぎ たけのこ		中華麺		36.6
13 (木)	中華あんかけラーメン	鶏肉 豚肉 えび いか ゼラチン	豚肉 えび いか なると		にんじん	もやし たまねぎ たけのこ		でん粉	油	塩 こしょう チンタン
	フルーツポンチ	バナナ 大豆 もも			葉ねぎ	しいたけ しょうが		砂糖	ごま油	鯉削り節 しょうゆ
	牛乳	乳		牛乳						14.7
14 (金)	牛乳	乳		牛乳						737
	ごはん	乳		牛乳						737
	きびなこのフライ	小麦		きびなごフライ					油	
15 (土)	五目さんぴら	豚肉	豚肉 さつま揚げ		にんじん	ピーマン	ごぼう たけのこ	砂糖	油	しょうゆ みりん 塩 酒
	キャベツと玉ねぎのみそ汁	大豆	みそ 油揚げ		葉ねぎ	キャベツ たまねぎ				鯉削り節
	かみかみ大豆	大豆	味噌付き大豆							19.9
16 (日)	牛乳	乳		牛乳						751
	食パン チョコクリーム	(パン)小麦 乳(バター)小麦 大豆						パン チョコクリーム		
	チキンのカレー揚げ	鶏肉	鶏肉			にんにく		でん粉	油	塩 しょうゆ 酒 カレー粉
17 (月)	キャベツとコーンのサラダ				にんじん	キャベツ きゅうり コーン			ドレッシング	塩
	わかめと卵のスープ	卵 豚肉 鶏肉 ごま	卵	わかめ	葉ねぎ	たまねぎ	しいたけ		ごま	鯉削り節 ガラスーツ
	ももゼリー	もも						ゼリー		塩 こしょう しょうゆ
18 (火)	牛乳	乳		牛乳						755
	ハヤシライス	乳		牛乳				ごはん		ブイヨン ケチャップ
	牛乳 牛肉 大豆 鶏肉	牛肉	チーズ	トマト	たまねぎ マッシュルーム		ハヤシルウ	油		ソース ワイン
19 (水)	豚肉 小麦 りんご	豚肉	脱脂粉乳	にんじん	グリーンピース					塩 こしょう ローレル
	ひじきのマリネ	豚肉	ハム	ひじき	にんじん	キャベツ きゅうり コーン		砂糖	油	酢 しょうゆ みりん
	牛乳	乳		牛乳						22.5
20 (木)	牛乳	乳		牛乳						790
	食パン チョコクリーム	(パン)小麦 乳(バター)小麦 大豆						パン チョコクリーム		
	チキンのカレー揚げ	鶏肉	鶏肉		にんにく			でん粉	油	塩 しょうゆ 酒 カレー粉
21 (金)	キャベツとコーンのサラダ				にんじん	キャベツ きゅうり コーン			ドレッシング	塩
	わかめと卵のスープ	卵 豚肉 鶏肉 ごま	卵	わかめ	葉ねぎ	たまねぎ	しいたけ		ごま	鯉削り節 ガラスーツ
	ももゼリー	もも						ゼリー		塩 こしょう しょうゆ
22 (土)	牛乳	乳		牛乳						755
	ハヤシライス	乳		牛乳				ごはん		ブイヨン ケチャップ
	牛乳 牛肉 大豆 鶏肉	牛肉	チーズ	トマト	たまねぎ マッシュルーム		ハヤシルウ	油		ソース ワイン
23 (日)	豚肉 小麦 りんご	豚肉	脱脂粉乳	にんじん	グリーンピース					塩 こしょう ローレル
	ひじきのマリネ	豚肉	ハム	ひじき	にんじん	キャベツ きゅうり コーン		砂糖	油	酢 しょうゆ みりん
	牛乳	乳		牛乳						22.5
24 (月)	牛乳	乳		牛乳						790
	食パン チョコクリーム	(パン)小麦 乳(バター)小麦 大豆						パン チョコクリーム		
	チキンのカレー揚げ	鶏肉	鶏肉		にんにく			でん粉	油	塩 しょうゆ 酒 カレー粉
25 (火)	キャベツとコーンのサラダ				にんじん	キャベツ きゅうり コーン			ドレッシング	塩
	わかめと卵のスープ	卵 豚肉 鶏肉 ごま	卵	わかめ	葉ねぎ	たまねぎ	しいたけ		ごま	鯉削り節 ガラスーツ
	ももゼリー	もも						ゼリー		塩 こしょう しょうゆ
26 (水)	牛乳	乳		牛乳						755
	ハヤシライス	乳		牛乳				ごはん		ブイヨン ケチャップ
	牛乳 牛肉 大豆 鶏肉	牛肉	チーズ	トマト	たまねぎ マッシュルーム		ハヤシルウ	油		ソース ワイン
27 (木)	豚肉 小麦 りんご	豚肉	脱脂粉乳	にんじん	グリーンピース					塩 こしょう ローレル
	ひじきのマリネ	豚肉	ハム	ひじき	にんじん	キャベツ きゅうり コーン		砂糖	油	酢 しょうゆ みりん
	牛乳	乳		牛乳						22.5
28 (金)	牛乳	乳		牛乳						790
	食パン チョコクリーム	(パン)小麦 乳(バター)小麦 大豆						パン チョコクリーム		
	チキンのカレー揚げ	鶏肉	鶏肉		にんにく			でん粉	油	塩 しょうゆ 酒 カレー粉
29 (土)	キャベツとコーンのサラダ				にんじん	キャベツ きゅうり コーン			ドレッシング	塩
	わかめと卵のスープ	卵 豚肉 鶏肉 ごま	卵	わかめ	葉ねぎ	たまねぎ	しいたけ		ごま	鯉削り節 ガラスーツ
	ももゼリー	もも						ゼリー		塩 こしょう しょうゆ
30 (日)	牛乳	乳		牛乳						755
	ハヤシライス	乳		牛乳				ごはん		ブイヨン ケチャップ
	牛乳 牛肉 大豆 鶏肉	牛肉	チーズ	トマト	たまねぎ マッシュルーム		ハヤシルウ	油		ソース ワイン
31 (月)	豚肉 小麦 りんご	豚肉	脱脂粉乳	にんじん	グリーンピース					塩 こしょう ローレル
	ひじきのマリネ	豚肉	ハム	ひじき	にんじん	キャベツ きゅうり コーン		砂糖	油	酢 しょうゆ みりん
	牛乳	乳		牛乳						22.5
1 (火)	牛乳	乳		牛乳						790
	食パン チョコクリーム	(パン)小麦 乳(バター)小麦 大豆						パン チョコクリーム		
	チキンのカレー揚げ	鶏肉	鶏肉		にんにく			でん粉	油	塩 しょうゆ 酒 カレー粉
2 (水)	キャベツとコーンのサラダ				にんじん	キャベツ きゅうり コーン			ドレッシング	塩
	わかめと卵のスープ	卵 豚肉 鶏肉 ごま	卵	わかめ	葉ねぎ	たまねぎ	しいたけ		ごま	鯉削り節 ガラスーツ
	ももゼリー	もも						ゼリー		塩 こしょう しょうゆ
3 (木)	牛乳	乳		牛乳						755
	ハヤシライス	乳		牛乳				ごはん		ブイヨン ケチャップ
	牛乳 牛肉 大豆 鶏肉	牛肉	チーズ	トマト	たまねぎ マッシュルーム		ハヤシルウ	油		ソース ワイン
4 (金)	豚肉 小麦 りんご	豚肉	脱脂粉乳	にんじん	グリーンピース					塩 こしょう ローレル
	ひじきのマリネ	豚肉	ハム	ひじき	にんじん	キャベツ きゅうり コーン		砂糖	油	酢 しょうゆ みりん
	牛乳	乳		牛乳						22.5
5 (土)	牛乳	乳		牛乳						790
	食パン チョコクリーム	(パン)小麦 乳(バター)小麦 大豆						パン チョコクリーム		
	チキンのカレー揚げ	鶏肉	鶏肉		にんにく			でん粉	油	塩 しょうゆ 酒 カレー粉
6 (日)	キャベツとコーンのサラダ				にんじん	キャベツ きゅうり コーン			ドレッシング	塩
	わかめと卵のスープ	卵 豚肉 鶏肉 ごま	卵	わかめ	葉ねぎ	たまねぎ	しいたけ		ごま	鯉削り節 ガラスーツ
	ももゼリー	もも						ゼリー		塩 こしょう しょうゆ
7 (月)	牛乳	乳		牛乳						755
	ハヤシライス	乳		牛乳				ごはん		ブイヨン ケチャップ
	牛乳 牛肉 大豆 鶏肉	牛肉	チーズ	トマト	たまねぎ マッシュルーム		ハヤシルウ	油		ソース ワイン
8 (火)	豚肉 小麦 りんご	豚肉	脱脂粉乳	にんじん	グリーンピース					塩 こしょう ローレル
	ひじきのマリネ	豚肉	ハム	ひじき	にんじん	キャベツ きゅうり コーン		砂糖	油	酢 しょうゆ みりん
	牛乳	乳		牛乳						22.5
9 (水)	牛乳	乳		牛乳						790
	食パン チョコクリーム	(パン)小麦 乳(バター)小麦 大豆						パン チョコクリーム		
	チキンのカレー揚げ	鶏肉	鶏肉		にんにく			でん粉	油	塩 しょうゆ 酒 カレー粉
10 (木)	キャベツとコーンのサラダ				にんじん	キャベツ きゅうり コーン			ドレッシング	塩
	わかめと卵のスープ	卵 豚肉 鶏肉 ごま	卵	わかめ	葉ねぎ	たまねぎ	しいたけ		ごま	鯉削り節 ガラスーツ
	ももゼリー	もも						ゼリー		塩 こしょう しょうゆ
11 (金)	牛乳	乳		牛乳						755
	ハヤシライス	乳		牛乳				ごはん		ブイヨン ケチャップ
	牛乳 牛肉 大豆 鶏肉	牛肉	チーズ	トマト	たまねぎ マッシュルーム		ハヤシルウ	油		ソース ワイン
12 (土)	豚肉 小麦 りんご	豚肉	脱脂粉乳	にんじん	グリーンピース					塩 こしょう ローレル
	ひじきのマリネ	豚肉	ハム	ひじき	にんじん	キャベツ きゅうり コーン		砂糖	油	酢 しょうゆ みりん
	牛乳	乳		牛乳						22.5
13 (日)	牛乳	乳		牛乳						790
	食パン チョコクリーム	(パン)小麦 乳(バター)小麦 大豆						パン チョコクリーム		
	チキンのカレー揚げ	鶏肉	鶏肉		にんにく			でん粉	油	塩 しょうゆ 酒 カレー粉
14 (月)	キャベツとコーンのサラダ				にんじん	キャベツ きゅうり コーン			ドレッシング	塩
	わかめと卵のスープ	卵 豚肉 鶏肉 ごま	卵	わかめ	葉ねぎ	たまねぎ	しいたけ		ごま	鯉削り節 ガラスーツ
	ももゼリー	もも						ゼリー		塩 こしょう しょうゆ
15 (火)	牛乳	乳		牛乳						755
	ハヤシライス	乳		牛乳				ごはん		ブイヨン ケチャップ
	牛乳 牛肉 大豆 鶏肉	牛肉	チーズ	トマト	たまねぎ マッシュルーム		ハヤシルウ	油		ソース ワイン
16 (水)	豚肉 小麦 りんご	豚肉	脱脂粉乳	にんじん	グリーンピース					塩 こしょう ローレル
	ひじきのマリネ	豚肉	ハム	ひじき	にんじん	キャベツ きゅうり コーン		砂糖	油	酢 しょうゆ みりん
	牛乳	乳		牛乳						22.5
17 (木)	牛乳	乳		牛乳						790
	食パン チョコクリーム	(パン)小麦 乳(バター)小麦 大豆						パン チョコクリーム		
	チキンのカレー揚げ	鶏肉	鶏肉		にんにく			でん粉	油	塩 しょうゆ 酒 カレー粉
18 (金)	キャベツとコーンのサラダ				にんじん	キャベツ きゅうり コーン			ドレッシング	塩
	わかめと卵のスープ	卵 豚肉 鶏肉 ごま	卵	わかめ	葉ねぎ	たまねぎ	しいたけ		ごま	鯉削り節 ガラスーツ
	ももゼリー	もも						ゼリー		塩 こしょう しょうゆ
19 (土)	牛乳	乳		牛乳						755
	ハヤシライス									

日	献立名	アレルギー	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		その他の食品	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) しじょうゆ (g)
			たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミンC・食物繊維	炭水化物	脂質		
17 (月)	牛乳	乳		牛乳						759
	ロールパン	小麦 乳					パン			
	ブルーベリージャム						ジャム			
	鰹(あじ)のマリネ	鶏肉	鰹でん粉付き		ピーマン パセリ	たまねぎ セロリー	砂糖	油 オリーブオイル	酢	
キャベツとベーコンのスープ	鶏肉 豚肉	ベーコン			キャベツ たまねぎ			鰹 酢		
								鰹	26.0	
								鰹		
18 (火)	牛乳 *ふるさと給食の日*	乳		牛乳						736
	ごはん のりつくだに	大豆		のりつくだに			ごはん			
	がんもどきの含め煮	大豆 やまいも	枝豆入りがんもどき				砂糖		しょうゆ 鰹削り節 酒 みりん	
	ごまつなのツナ和え	大豆 豚肉	まぐろツナ		ごまつな	もやし キャベツ	砂糖	油	しょうゆ 酢	
豚汁	大豆 豚肉	豚肉 豆腐 みそ		にんじん 葉ねぎ	だいこん ごぼう こんにゃく			じゃがいも		
19 (水)	牛乳 *ふるさと給食の日*	乳		牛乳						745
	ごはん						ごはん			
	黒はんぺんお茶フライ	大豆 小麦	黒はんぺんお茶フライ					油		
	塩もみ野菜					キャベツ きゅうり			塩	
豆乳入りみそ汁	大豆 鶏肉	豆乳 鶏肉 みそ		にんじん 葉ねぎ	たまねぎ ひらだけ			じゃがいも		
20 (木)	<b>給食はありません。お弁当を持ってきてください。</b>									
21 (金)	牛乳	乳		牛乳						784
	黒糖パン 黒豆きなこクリーム	(パン)小麦 乳 (クリーム) 乳 大豆					パン	黒豆きなこクリーム		
	オムレツのケチャップソースかけ	卵 大豆	オムレツ				砂糖		ケチャップ ライン ソース	
	グリーンサラダ	大豆				キャベツ きゅうり えだまめ		ドレッシング	塩	
マカロニ入りやさいスープ	鶏肉 豚肉 小麦 大豆	鶏肉 ワインナー		にんじん カレールウ	たまねぎ	マカロニ		鰹削り節 しょうゆ しょうゆ		
24 (月)	牛乳 *ふるさと給食の日*	乳		牛乳						786
	ソフト麺	小麦					ソフト麺		パイナップル ケチャップ ワイン	
	富士つけナポリタン	乳 大豆 鶏肉	鶏肉	チーズ トマト にんじん	たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも	生クリーム		ソース ガラスープ 塩	
	海そうサラダ	豚肉 セラチン りんご	ベーコン	さやいんげん	セロリー にんにく		油		パイナップル こしょう パセリ	
静岡茶クリーム大福	大豆 こま	海そう		キャベツ きゅうり コーン		こま		ドレッシング 塩		
25 (火)	牛乳	乳		牛乳						763
	ごはん 納豆	(納豆)大豆 りんご	納豆				ごはん			
	肉じゃが	豚肉	豚肉		にんじん	たまねぎ しらたき	じゃがいも	油	しょうゆ 酒	
	大根の梅肉和え	ごま	くきわかめ		だいこん きゅうり 梅干し		砂糖 てん粉		みりん	
冷凍みかん				みかん		砂糖	ごま	塩		
26 (水)	牛乳 *ふるさと給食の日*	乳		牛乳						802
	マーガリンパン	(パン)小麦 乳					パン			
	焼きそば	小麦 豚肉 いか	豚肉 いか		にんじん	キャベツ	蒸し麺	油	ソース こしょう	
	フルーツのヨーグルト和え	大豆 りんご			ピーマン	たまねぎ			塩	
	乳 パナナ もも	ヨーグルト		バナナ パイン	みかん もも	砂糖				
27 (木)	牛乳	乳		牛乳						779
	チキンカレー	小麦 乳 大豆	鶏肉	チーズ	にんじん	たまねぎ マッシュルーム グリンピース	ごはん			
		鶏肉 豚肉 りんご	鶏肉	脱脂粉乳	トマト	りんご しょうが にんにく	じゃがいも	油	パイナップル ケチャップ ソース	
	アスパラとコーンのサラダ				アスパラガス エダマメ	キャベツ コーン	カレールウ	ドレッシング	塩	
								塩		
28 (金)	牛乳	乳		牛乳						747
	ごはん						ごはん			
	豆腐の中巻煮	大豆 豚肉	豆腐 豚肉		にんじん	たけのこ 根菜ねぎ	砂糖	油	しょうゆ	
	もやしのナムル	ごま			葉ねぎ	しいたけ しょうが にんにく	てん粉	ごま油	みりん 塩	
あじさいゼリー	大豆 もも りんご			にんじん	ぶどう果汁	砂糖	ごまごま油	しょうゆ 酢 塩		
* 学校給食摂取基準(2年生) * 1食分 - 830kcal たんぱく質 27.0~41.5g 脂質 18.4~27.7g										

★ふるさと給食週間★

○富士市では、国のアレルギー表示基準に基づき、下記の28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 くるみ あわび いか いくら オレンジ キウイフルーツ 牛肉 さけ  
 さば 大豆 鶏肉 豚肉 まつたけ もも やまいも りんご セラチン パナナ カシューナッツ ごま アーモンド  
 \*しょうゆ・みそ・酢・大豆油・ごま油・削り節などは、アレルギー症状を起こしにくいため、アレルギーを表示しません。

\*食物アレルギーなどで食品の確認が必要な場合は、学校にお問い合わせください。

毎年6月は「食育月間」  
 毎月19日は「食育の日」

☆17日～21日は、ふるさと給食週間です☆  
 学校給食では、6月の食育月間にちなんで17日から21日までを「ふるさと給食週間」として富士市内や静岡県内でとれる地場産物を給食に取り入れています。地元でとれる産物を味わ

◆◇主食を停止した場合の給食費について◆◇  
 天候等により、主食(米飯・パン・麺)の提供を停止した際には、給食費を減額することなく、その後の食材費に充てさせていただきます。よろしくお願いたします。