



令和3年 6月 学校給食献立表＜A＞ 吉田町

吉田榛原学校給食共同調理場(32-1750)

日	献立名	使われている食品と主なはたらき				エネルギー (Kcal) たんぱく質(g)	欠食校 (学年欠食 は含まれ ません)	
		きいろ	あか	みどり	おもな調味料	小学校		
						エネルギーのもとになる食品		体をつくるもとになる食品
(火)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			659		
	とりにくとレバーのねぎソースあえ	でんぶん あぶら さとう ごまあぶら	とりレバー とりにく だいず	ねぶかねぎ しょうが にんにく	しょうゆ す	26.4		
	キャベツサラダ	ごま さとう あぶら		キャベツ こまつな とうもろこし	しょうゆ す	811		
	とんじる	じゃがいも	ぶたにく とうふ みそ わかめ	たまねぎ にんじん ごぼう はねぎ しめじ こんにゃく	さばだし にぼしだし	31.0		
(水)	ミルクパン ぎゅうにゅう	パン マーガリン さとう	ぎゅうにゅう だっしふんにゅう			679		
	ハムチーズピカタ	あぶら さとう でんぶん	たまご ハム チーズ		かつおこんぶだし しお す しょうゆ みりん	30.4		
	じゃこいりカラフルやさしいソテー	あぶら	ベーコン しらすぼし	キャベツ もやし こまつな パプリカ	酒 コンソメ しお こしょう	896		
	だいずとウインナーのトマトに	じゃがいも あぶら さとう クリーム	とりにく ウインナー だいず チーズ	たまねぎ にんじん グリンピース トマト	ケチャップ ソース フォン ストック しお こしょう	38.7		
～行事食：カミカミ献立～ 歯と口の健康週間にちなんで、かみごたえのある食材を献立に取り入れました。								
(木)	わかめごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ さとう あぶら	ぎゅうにゅう わかめ		しお	692		
	いかフライ	パンこ こむぎこ でんぶん あぶら	いか		しお こしょう	28.9		
	きりぼしだいこんのナムル	ごま ごまあぶら		きりぼしだいこん もやし ほうれんそう にんじん	しょうゆ			
	やさしいうまに	マロニー ごまあぶら さとう でんぶん	ぶたにく うずらたまご あつあげ	キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ ねぶかねぎ しょうが	オイスターソース 酒 ちゅうかスープ しょうゆ こしょう しお	853		
(金)	カミカミデザート	さとう	かたぐちいわし		しお	33.6		
	こくとうパン ぎゅうにゅう	パン こくとう	ぎゅうにゅう			670		
	さわらのバジルソテー	あぶら さとう パンこ	さわら	にんにく	オレガノ バジル タイム ウコン レッドペッパー ティール しお こしょう ローズマリー ハセリ しょうゆ みりん ドレッシング	30.2		
	ごぼうサラダ ごまドレッシング アスパラガスのクリームスープ	さとう マカロニ じゃがいも あぶら クリーム	ベーコン ぎゅうにゅう	ごぼう きゅうり にんじん たまねぎ にんじん アスパラガス とうもろこし エリンギ	ホワイトルウ がらスープ ストック しお こしょう	868		
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			681		
	ポークカレー	じゃがいも あぶら	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん トマト セロリー しょうが にんにく りんご	カレーこ こしょう ワイン カレーウ チャツネ ソース しお スープストック	26.2		
	にたまご	さとう	たまご		しょうゆ かつおだし しお こんぶだし す	823		
	ほうれんそうサラダ	あぶら さとう		ほうれんそう キャベツ とうもろこし	しょうゆ す	29.6		
(火)	うめごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ でんぶん あぶら	ぎゅうにゅう	うめ	しお こんぶだし	614		
	ほっけのひもの		ほっけ		しょうゆ みりん	27.6		
	やさしいたくあんあえ	ごま		たくあん キャベツ きゅうり しょうが	しお	761		
	じゃがいものそぼろに	じゃがいも あぶら さとう でんぶん	ぶたにく	たまねぎ にんじん たけのこ グリンピース こんにゃく	しょうゆ 酒 わふうだし	32.9		
(水)	こめこパン ぎゅうにゅう	パン こめこ	ぎゅうにゅう			644		
	ぶたにくとコーンのあげに	でんぶん あぶら さとう	ぶたにく	とうもろこし しょうが	酒 しょうゆ	30.5		
	マカロニソテー	マカロニ あぶら	ベーコン チーズ	たまねぎ ビーマン エリンギ にんにく	ケチャップ コンソメ しお トマトピューレ こしょう	840		
	やさしいとんだんごのスープ	パンこ でんぶん	とりにく ぶたにく	たまねぎ キャベツ にんじん ほうれんそう チンゲンサイ しめじ	しょうゆ しお 酒 こしょう がらスープ ちゅうかスープ	38.0		
～日本&世界の味めぐり給食の日 (アメリカ) ～ 「ジャンバラヤ」は大きな鍋で作ってバーベキューとともに大人気で食べることが多い料理です。								
(木)	ジャンバラヤ ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ バター オリーブオイル	ぎゅうにゅう とりにく	たまねぎ にんじん ビーマン セロリー にんにく	ケチャップ カレーこ しお ソース パプリカ こしょう とうがらし チリパウダー	623		
	とりにくのハーブやき	オリーブオイル	とりにく	にんにく	バジル オレガノ ワイン しお こしょう	28.1		
	コールスローサラダ コールスロドレッシング			キャベツ きゅうり とうもろこし	しお こしょう ドレッシング	759		
	やさしいたまごのスープ アメリカンチェリー	でんぶん	たまご ベーコン	たまねぎ にんじん こまつな アメリカンチェリー	がらスープ しょうゆ しお コンソメ こしょう	33.6		
(金)	ココアしょくパン ぎゅうにゅう	パン さとう マーガリン	ぎゅうにゅう		ココア	662	自彊小	
	しろみぎかなのさくさくフライ	コーンフレーク パンこ こむぎこ でんぶん あぶら	すけそうたら		しお	28.2		
	ビーフんいりカレーソテー	ビーフん あぶら	ベーコン	キャベツ にんじん もやし ビーマン エリンギ	コンソメ しょうゆ しお カレーこ こしょう	802		
	とうにゅういりポタージュ	あぶら クリーム	とうにゅう ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん とうもろこし パセリ	ベジタブルソース コンソメ しお こしょう がらスープ	33.4		
6月14日～18日は「ふるさと給食週間」です。～地元でつくられた食べ物をたくさん取り入れています！～								
(月)	～ふるさと給食の日「チャーフィンランチ」～ 牧之原市産の茶が竹輪のお茶揚げとお茶わらびもちに使われています。							
	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			701		
	ちくわのおちやあげ	こむぎこ でんぶん あぶら	ちくわ	ちや		26.5		
	きりぼしだいこんのいために	あぶら さとう	ぶたにく さつまあげ	きりぼしだいこん にんじん さやいんげん	しょうゆ 酒 みりん わふうだし	862		
(火)	こまつなのみそしる	じゃがいも	とうふ あぶらあげ みそ	こまつな たまねぎ えのきたけ	さばだし にぼしだし	32.5		
	おちやわらびもち	さとう でんぶん わらびこ	あおだいず かんてん	ちや				
	むぎごはん おかかふりかけ ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ ごま さとう こむぎこ	ぎゅうにゅう かつおぶし のり あおさ	かぼちゃ ちや	しょうゆ しお	651		
	はるまき	あぶら こまあぶら こむぎこ はるさめ でんぶん さとう ラード		キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ にんにく しいたけ	しょうゆ しお こしょう	25.9		
(火)	もやしサラダ	さとう ごまあぶら		もやし こまつな にんじん	しょうゆ す しお とうがらし			
	はっほうさい	ごまあぶら でんぶん	ぶたにく いか うずらたまご	にんじん たまねぎ キャベツ チンゲンサイ たけのこ しいたけ しょうが	ちゅうかスープ しょうゆ オイスターソース しお こしょう 酒	807		

※ 物資の都合により、献立が変更になる場合があります。

※ 加工食品については十分な表記ができない場合があります。詳細な内容が必要な場合は、学校を通して共同調理場にお問い合わせください。

食物アレルギー関連の留意点 ……小魚(しらす)や海藻類(海藻、青のり)には、エビなどが混入する場合があります。

令和3年 6月 学校給食献立表＜A＞ 吉田町

吉田稗原学校給食共同調理場(32-1750)

日	献立名	使われている食品と主なはたらき				エネルギー (Kcal)	欠食校 (学年欠食 は含みませ ん)
		きいろ	あか	みどり	おもな調味料		
		エネルギーのもとになる食品	体をつくるもとになる食品	体の調子を整えるもとになる食品			
(水)	せわりパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう				
	トマトポークチャップ	オリーブオイル さとう でんぶん	ぶたにく	たまねぎ ピーマン トマト エリンギ にんにく	ケチャップ ソース しお スーパーストック こしょう 酒	663 30.6	
	いそベポテト	じゃがいも	あおのり		しお こしょう		
	チンゲンサイのクリームスープ	あぶら	ベーコン ぎゅうにゅう チーズ	チンゲンサイ たまねぎ にんじん とうもろこし	ホワイトルウ ワイン がらスープ こしょう しお スーパーストック	837 37.4	
	ヨーグルト	さとう	ヨーグルト かんてん				
～ふるさと給食の日「よし吉ランチ」～ 吉田漁港で水揚げされたしらすを干してつくる「しらす干し」を使っています。							
(木)	しらすごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう しらすぼし		しょうゆ 酒 しお	660 23.7	
	ハンバーグオニオンソース	さとう でんぶん	ぶたにく とりにく	しょうが たまねぎ	しょうゆ みりん しお		
	かぼちゃサラダ マヨネーズ	マヨネーズ		かぼちゃ きゅうり えだまめ	しお こしょう	815 28.5	
	わかめスープ	はるさめ	とりにく わかめ	キャベツ にんじん たまねぎ ねぶかねぎ	しょうゆ オイスターソース しお ちゅうかスープ がらスープ こしょう		
(金)	ナン ぎゅうにゅう	ナン	ぎゅうにゅう			633 30.5	
	キーマカレー	あぶら	ぶたにく	たまねぎ にんじん セロリー マッシュルーム にんにく しょうが	ソース カレールウ ワイン チャツネ スーパーストック カレー こしょう		
	しろみざかなとだいずのこみあげ ゆでとうもろし	でんぶん あぶら さとう	だいず あおのり ホキ		しょうゆ 酒 しお	834 38.5	
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			604 25.0	
	コーンシュウマイ	こむぎこ でんぶん さとう	ぶたにく とりにく	とうもろこし たまねぎ	しょうゆ しお こしょう		
	きゅうりのなんばんづけ	ごまあぶら さとう		きゅうり	しょうゆ す しお とうがらし	765 30.3	
	マーボー豆腐	ごまあぶら さとう でんぶん	とうふ ぶたにく みそ	たまねぎ たけのこ にんじん ねぶかねぎ しいたけ しょうが にんにく	トウバンジャン しょうゆ オイスターソース 酒 ちゅうかスープ		
(火)	たこめし ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ さとう	ぎゅうにゅう たこ あぶらあげ		しょうゆ 酒 しお みりん	642 28.0	
	ぶたにくのしょうがやき		ぶたにく	しょうが にんにく	しょうゆ みりん 酒		
	ポテトサラダ マヨネーズ	じゃがいも マヨネーズ		きゅうり とうもろこし パプリカ	しお こしょう	794 33.2	
	さわにわん		ぶたにく	にんじん たけのこ ごぼう はねぎ えのきたけ	しょうゆ 酒 しお こしょう かつおだし こんぶだし		
(水)	アップルパン ぎゅうにゅう	パン さとう	ぎゅうにゅう	りんご		667 28.6	
	アジフライ	パンこ こむぎこ でんぶん あぶら	あじ		しお こしょう		
	ラタトゥイユ	オリーブオイル	ベーコン	なす スクキーニ トマト たまねぎ ピーマン にんにく	ケチャップ ソース しお コンソメ こしょう	867 35.8	
	やさいのスープに ニューサマーオレンジ	じゃがいも	とりにく ウィナー	たまねぎ キャベツ にんじん チンゲンサイ ニューサマーオレンジ	スーパーストック こしょう がらスープ しお		
(木)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			669 31.2	
	いわしのかばやき	あぶら さとう でんぶん	いわし	しょうが	しょうゆ みりん 酒		
	ゆかりあえ	ごま さとう		きゅうり キャベツ あかしそ	しお うめず	832 37.6	
	いり豆腐	あぶら さとう	とうふ とりにく なると たまご	にんじん はねぎ たけのこ しょうが しいたけ	しょうゆ わふうだし		
(金)	ソフトめん ぎゅうにゅう	ソフトめん	ぎゅうにゅう			701 32.7	
	ナポリタンソース	あぶら さとう	とりにく ベーコン チーズ	たまねぎ にんじん トマト ピーマン エリンギ にんにく	ケチャップ トマトピューレ ハヤシルウ ワイン しお ソース こしょう スーパーストック	852 39.4	
	とりにくのマスタードやき	マヨネーズ(たまごなし) あぶら	とりにく	レモン	マスタード ワイン しお ワインビネガー		
	かいそうサラダ あおじドレッシング		かいそう	キャベツ きゅうり	ドレッシング		
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			647 21.7	
	あげ豆腐のなんばんだれかけ	あぶら さとう でんぶん	とうふ ぜラチン	ねぶかねぎ	しょうゆ す とうがらし		
	こまつなともやしのサラダ	さとう ごま	のり	もやし こまつな にんじん	しょうゆ す わふうだし	807 26.3	
	みだくさんみそしる	じゃがいも	ぶたにく みそ	たまねぎ にんじん ごぼう はねぎ こんにゃく	みりん さばだし にぼしだし		
(火)	あまなつぜりー	さとう		あまなつ			
	むぎごはん のりふりかけ ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ さとう でんぶん	ぎゅうにゅう かつおぶし のり	ちゃ	しお	654 27.4	
	カレイのやくみソースかけ	あぶら さとう でんぶん	カレイ	ねぶかねぎ	しょうゆ 酒 みりん す		
	なすとピーマンのみそいため	ごまあぶら さとう でんぶん	ぶたにく みそ	なす にんじん ピーマン しょうが	しょうゆ みりん	803 32.1	
(水)	にくだんごとはるさめのスープ	パンこ でんぶん はるさめ	ぶたにく とりにく	たまねぎ にんじん チンゲンサイ しいたけ しょうが	しお スーパーストック こしょう がらスープ しょうゆ 酒		
	げんまいしよくパン いちごジャム ぎゅうにゅう	パン げんまい みずあめ さとう	ぎゅうにゅう	いちご		633 23.6	
	ベーコンたまごやき	さとう でんぶん あぶら	たまご ベーコン		かつおこんぶだし しお しょうゆ みりん す しょうゆ みりん ドレッシング	778 28.5	
	ひじきサラダ ごまドレッシング	さとう	ひじき	きゅうり とうもろこし にんじん	ワイン オールスパイス こしょう コンソメ がらスープ ケチャップ しお ソース		
(水)	とりにくとやさいのトマトに	じゃがいも あぶら	とりにく	キャベツ にんじん たまねぎ トマト にんにく			