



令和3年度 7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		小学校 中学校	
(木)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			636	
	あげぎょうざ	あぶら ラード こむぎこ さとう	とりにく	キャベツ しょうが にんにく	しょうゆ しお 酒	24.2	
	コーンときゅうりのすのもの	さとう	わかめ	とうもろこし きゅうり	しょうゆ す しお	812	
	マーボーなす	ごまあぶら さとう でんぶん	とうふ ぶたにく みそ	なす たけのこ にんじん しいたけ ねぶかねぎ しょうが にんにく	トウバンジャン しょうゆ 酒 オイスターソース ちゅうかスープ	29.3	
(金)	せわりパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			634	
	フランクフルト	さとう	ぶたにく		しお こしょう ケチャップ ワイン ソース	27.1	
	キャベツサラダ	あぶら さとう		にんじん キャベツ きゅうり	す しょうゆ		
	ラビオリスープ	こむぎこ パンこ さとう	ベーコン とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん こまつな しめじ えのきたけ	スープストック しお こしょう しょうゆ	814	
(月)	さくらんぼ			さくらんぼ		33.9	
	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			693	
	とびうおフリッター	あぶら こむぎこ でんぶん	とびうお		ベーキングパウダー しお	24.5	
	えだまめのしおゆで			えだまめ	しお		
(火)	なつやすみのカレー	あぶら さとう	ぶたにく チーズ	かぼちゃ にんじん たまねぎ トマト なす ピーマン セリ しょうが にんにく りんご	カレー こしょう カールウ チャップ ソース ワイン スープストック しお	859	
	～ 行事食 (たなぼた) ～ 星の形をしたコロッケやデザート、汁物には星の形をした麩を入れて、たなぼたをイメージしました。						
	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			644	
	ほしがたコロッケ	あぶら じゃがいも でんぶん さとう みずあめ こむぎこ パンこ	とりにく ぶたにく	たまねぎ	しお	22.8	
(水)	ぶたにくとたけのこのみそいため	ごまあぶら でんぶん さとう	ぶたにく みそ	たけのこ ピーマン にんにく しょうが	しょうゆ みりん 酒		
	たなぼたじる	こむぎこ でんぶん さとう	たら とうふ	たまねぎ にんじん えのきたけ はねぎ	しょうゆ しお みりん こんぶだし かつおだし	824	
	たなぼたデザート	みずあめ さとう	とうにゅう かんてん	なつみかん メロン		27.5	
	げんまいパン ぎゅうにゅう	パン げんまい	ぎゅうにゅう			627	
(木)	ベーコンたまごやき	でんぶん さとう あぶら	たまご ベーコン		かつおだし にぼしだし しょうゆ しお	25.4	
	アーモンドサラダ コールスロートレッシング	アーモンド		こまつな キャベツ もやし	ドレッシング	816	
	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	とうもろこし たまねぎ にんじん 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	31.6	
	～ 日本&世界の味めぐり給食の日 (青森県三戸町) ～ 牧之原市の友好都市である青森県の郷土料理「せんべい汁」と特産物のりんごを使ったデザートです。						
(金)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			638	
	いかメンチ	こむぎこ さとう あぶら	いか たら	キャベツ たまねぎ にんじん	しお しょうゆ	30.5	
	ごまあえ	ごま さとう		ほうれんそう キャベツ もやし	しょうゆ		
	せんべいじる	こむぎこ	とりにく	だいこん ごぼう にんじん しめじ ねぶかねぎ	しょうゆ みりん しお こんぶだし じゅうそう	775	
(土)	りんごゼリー	さとう		りんご		35.6	
	～ 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使って「しらすスパゲティ」をつくりました。						
	バーガーパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			633	
	ハンバーグ	さとう でんぶん	ぶたにく とりにく	たまねぎ	ケチャップ ソース ワイン しお	31.1	
(日)	しらすいりスパゲティ	スパゲティ オリーブオイル	ベーコン しらすぼし	たまねぎ こまつな エリンギ パプリカ マッシュルーム にんにく	酒 コンソメ しお こしょう	830	
	コーンスープ	でんぶん	とりにく たまご	たまねぎ にんじん とうもろこし チンゲンサイ	スープストック しお こしょう しょうゆ がらスープ	40.0	
	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			613	
	アジのこうじつけやき		アジ		しお こうじ	31.0	
(月)	ゆかりあえ	ごま さとう		キャベツ きゅうり あかしそ	しお うめず	755	住吉小
	とうがんのうまに	あぶら でんぶん さとう	ぶたにく あつあげ	とうがん にんじん しめじ こんにゃく ねぶかねぎ	しょうゆ みりん 酒 コンソメ	36.8	
	～ ふるさと給食の日 チャーフィンランチ ～ 牧之原市で作られたお茶や小松菜を使って「お茶あげ」や「あえもの」をつくりました。						
	わかめごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ あぶら さとう	ぎゅうにゅう わかめ		しお	665	
(火)	くろはんぺんのお茶あげ	でんぶん こむぎこ あぶら	くろはんぺん	ちゃ		27.3	
	もやしとこまつなのあえもの	ごま さとう	のり	もやし こまつな にんじん	しょうゆ す わふうだし		
	あつあげのちゅうかに	ごまあぶら でんぶん さとう	ぶたにく あつあげ	キャベツ にんじん たけのこ しいたけ しょうが にんにく	酒 ちゅうかスープ しょうゆ しお こしょう	857	
	ジュシーフルーツ			ジュシーフルーツ		34.9	
(水)	パンブキンパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう	かぼちゃ		626	
	とりにくのマーレードやき	さとう みずあめ	とりにく	にんにく しょうが オレンジ なつみかん	しお こしょう ワイン しょうゆ	28.7	
	マカロニサラダ マヨネーズ	マカロニ		きゅうり にんじん とうもろこし	しお こしょう マヨネーズ	806	
	トマトとたまごのスープ	でんぶん あぶら	たまご	トマト たまねぎ チンゲンサイ しょうが	がらスープ スープストック しお しょうゆ こしょう	35.4	

※ 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年度 7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			
	～ 行事食(土用の丑) ～	～ 7月28日の土用の丑にちなんで、静岡県産のうなぎを使ってちらしずしをつくりました。					
15 (木)	うなぎのちらしずし ぎゅうにゅう	こめ さとう	ぎゅうにゅう うなぎ こおり豆腐 	たけのこ しいたけ えだまめ	酒 すししょうゆ しお わふうだし みりん	608	
	あつやきたまご	さとう あぶら	たまご		しょうゆ す しばだし こんぶだし しお	29.9	
	いそかあえ		のり	ほうれんそう キャベツ もやし	しょうゆ	755	
	とんじる	じゃがいも	ぶたにく とうふ みそ	たまねぎ にんじん ごぼう こんにゃく はねぎ	しばだし にぼしだし	35.4	
16 (金)	ちゅうかめん ぎゅうにゅう	ちゅうかめん	ぎゅうにゅう				
	しょうゆラーメンスープ		ぶたにく なた	にんじん もやし チンゲンサイ ママ ねぶかねぎ しょうが にんにく	しょうゆラーメンスープ しお がらスープ オイスターソース こしょう 酒	630	
	はるまき	あぶら こむぎこ はるさめ でんぶん さとう こめこ こなめ	ぶたにく	にんじん たまねぎ キャベツ しょうが しいたけ	しょうゆ しお	23.3	
	しおこんぶのそくせきづけ メロン 	ごま さとう	こんぶ	キャベツ きゅうり こまつな メロン	しょうゆ こんぶだし しお	800	
19 (月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			673	
	さけのしおやき		さけ		しお	39.9	
	きんぴらごぼう	ごまあぶら ごま さとう	ぶたにく さつまあげ	ごぼう にんじん さやいんげん	しょうゆ みりん とうがらし わふうだし	826	
	こうや豆腐のたまごとし	あぶら さとう	とりにく ちくわ こおり豆腐 たまご	にんじん たまねぎ たけのこ えだまめ	わふうだし しょうゆ 酒	47.1	
20 (火)	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ	ぎゅうにゅう				
	ピピンパ	ごまあぶら さとう	ぶたにく	ぜんまい しいたけ しょうが にんにく	しょうゆ 酒 トウバンジャン	610	
	きりぼしだいこんサラダ ごまドレッシング			きりぼしだいこん きゅうり にんじん とうもろこし	ドレッシング	26.2	
	はるさめスープ 	はるさめ でんぶん	とりにく	たまねぎ にんじん こまつな えのきたけ	しお こしょう しょうゆ ちゅうかスープ がらスープ	754	
21 (水)	れいとうフルーツ			パイン		30.7	吉田中
	こくとうパン ぎゅうにゅう	パン こくとう	ぎゅうにゅう			611	
	ピーマンのにくづめフライ	あぶら はんこ こむぎこ	とりにく ぶたにく	たまねぎ ピーマン 	しょうゆ みりん しお ビーフエキス こしょう	23.6	
	ゆでとうもろこし			とうもろこし		825	
26 (月)	チンゲンサイのクリームスープ	おおむぎ 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 エリンギ	ホワイトルーフ スープストック しお こしょう ワイン がらスープ	30.6	吉田中
	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			627	
	シイラのチリソースあえ	でんぶん あぶら さとう	シイラ	ねぶかねぎ しょうが にんにく	スープストック ケチャップ しお チリソース	27.9	
	くきわかめサラダ わふうたまねぎドレッシング	ごま	くきわかめ	キャベツ きゅうり	ドレッシング	776	
27 (火)	かきたまじる	でんぶん	たまご かまぼこ わかめ	たまねぎ えのきたけ にんじん ほうれんそう	しょうゆ しお かつおだし こんぶだし	32.6	吉田中
	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			606	
	ひじきいりしゅうまい	でんぶん さとう こむぎこ	ぶたにく ひじき とりにく	たまねぎ キャベツ しいたけ しょうが	しょうゆ しお こしょう	26.5	
	きゅうりのひたひた かつおぶし	ごまあぶら さとう	かつおぶし	きゅうり	しょうゆ す とうがらし	766	
28 (水)	はっぼうさい	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 たけのこ チンゲンサイ しいたけ しょうが	ちゅうかスープ オイスターソース 酒 しょうゆ こしょう しお	31.7	吉田中
	ツイストパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			678	
	しろみぎかなフライ タルタルソース	こむぎこ でんぶん はんこ あぶら	メルルーサ		タルタルソース	30.6	
	やさしいっぱいやきそば	ちゅうかめん あぶら	ぶたにく	にんじん キャベツ たまねぎ もやし こまつな	やきそばのもと しお こしょう	860	
29 (木)	チンゲンサイとにくだんごのスープ	パンこ でんぶん	とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん チンゲンサイ えのきたけ	しお がらスープ しょうゆ ちゅうかスープ 酒 こしょう	38.1	吉田中 住吉小
	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ	ぎゅうにゅう			679	
	にらまんじゅう	あぶら こむぎこ でんぶん さとう	ぶたにく	キャベツ にら ながねぎ にんにく しょうが	しょうゆ しお こしょう	26.5	
	やさいのたくあんあえ	ごま		たくあん キャベツ きゅうり	しお	834	
30 (金)	すどり 	でんぶん じゃがいも あぶら さとう ごまあぶら	とりにく	しょうが にんじん たけのこ ビーマン たまねぎ しいたけ あかビーマン	しょうゆ 酒 ちゅうかスープ ケチャップ す しお	31.1	吉田中 住吉小 自彊小
	オレンジ			オレンジ			
	コーンピラフ ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ バター あぶら	ぎゅうにゅう ベーコン	たまねぎ とうもろこし にんじん ビーマン	しお 酒 コンソメ こしょう	663	
	チキングラタン	マカロニ バター	とりにく ぎゅうにゅう チーズ	たまねぎ しめじ	ベシマルソース しお こしょう	27.8	
	ウインナーとポテトのソテー	じゃがいも オリーブオイル	ウインナー	さやいんげん バセリ	コンソメ しお こしょう	821	
	やさいスープ		ぶたにく	キャベツ えのきたけ にんじん チンゲンサイ にんにく	がらスープ スープストック しょうゆ しお	33.1	

※ 物資の都合により、献立が変更になる場合があります。

★★★ 「吉田榛原学校給食共同調理場」のホームページに、給食レシピが載っていますのでご利用ください。 ★★★