



令和3年度 1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	小学校		
						中学校		
(金)	げんまいせわりパン ぎゅうにゅう	パン げんまい	ぎゅうにゅう			654		
	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 エリンギ ビーマン トマト にんにく	ケチャップ ソース こしょう スープストック しお 酒	27.0		
	くきわかめサラダ あおじそドレッシング	ごま	くきわかめ	キャベツ きゅうり	ドレッシング			
	さつまいもポタージュ	さつまいも クリーム オリーブオイル	ベーコン とうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ パセリ	しお こしょう スープストック がらすूप ホワイトルウ	848		
	コーヒー牛乳のもと	さとう			コーヒー しお	33.3		
～行事食：七草献立～ 1月7日は人日の節句「七草」です。この七草にちなんで、七草汁を献立に取り入れました。								
(火)	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	644		
	ぶりのてりやき	さとう でんぶん	ぶり		しょうゆ みりん しお	26.8		
	かふうあえ	マロニー さとう ごまあぶら		こまつな もやし きゅうり にんじん	しょうゆ す しお			
	ななくさじる	こめ もちこめ でんぶん	とりにく かまぼこ	にんじん だいこん かぶ はくさい ほうれんそう きょうな	しょうゆ みりん しお かつおだし	795		
	ペにマドンナ			ペにマドンナ		31.9		
(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			661		
	ハムチーズピカタ	あぶら さとう	たまご ハム チーズ		しお	26.2		
	スパゲッティソース	スパゲッティ オリーブオイル	ベーコン	たまねぎ にんじん エリンギ ピーマン にんにく	ケチャップ トマトピューレ コンソメ しお こしょう	887		
	ウインナーとキャベツのようふうに	じゃがいも	とりにく ウインナー	たまねぎ キャベツ にんじん ブロッコリー	コンソメ ワイン しお こしょう がらすूप	33.9		
	～細江小学校リクエスト給食～ 細江小のPTAの方々が子供たちのために考えてくれた細江小PTAおすすめ給食メニューです。							
(木)	ツナのたきこみごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ あぶら さとう	ひじき まぐろ ぎゅうにゅう	にんじん こんにゃく しいたけ さやいんげん しょうが	しょうゆ 酒 みりん しお	656		
	とりにくのからあげ タルタルソース	でんぶん あぶら	とりにく	にんにく しょうが	酒 しお こしょう タルタルソース	28.6		
	キャベツとピーマンのそくせきづけ	さとう	こんぶ	キャベツ きゅうり ピーマン にんじん	しょうゆ こんぶだし しお	799		
	みそしる		とうふ わかめ みそ	たまねぎ だいこん	さばだし にぼしだし	34.8		
	いちご			いちご				
(金)	しよくパン メイプルジャム ぎゅうにゅう	パン みずあめ さとう メイプルシロップ	ぎゅうにゅう かんてん			681		
	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	28.0		
	ブロッコリーのおゆで マヨネーズ	マヨネーズ		ブロッコリー	しお	847		
	ふゆやさいのクリームシチュー	じゃがいも あぶら	とりにく ぎゅうにゅう チーズ	たまねぎ はくさい にんじん かぶ めキャベツ ほうれんそう しめじ	ベシマルソース こしょう しお がらすूप ワイン スープストック	34.2		
	～川崎小学校リクエスト給食～ キムチチャーハンや鶏肉のハーブ焼きなど人気のあるメニューを取り入れた献立を考えてくれました。							
(月)	ごはん かつおごまふりかけ ぎゅうにゅう	こめ ごま さとう こむぎこ でんぶん	ぎゅうにゅう かつおぶし のり あおさ	かぼちゃ ちゃ	しょうゆ しお	620		
	はたはたのなんばんづけ	あぶら ごまあぶら さとう でんぶん	はたはた	たまねぎ	しょうゆ す とうがらし わふうだし	26.0		
	やさいのたくあんあえ	ごま		キャベツ きゅうり レタス しょうが たくあん	しお	773		
	すきやきに	あぶら さとう	ぶたにく やきどうふ	はくさい たまねぎ にんじん ねぶかねぎ こんにゃく	しょうゆ 酒 みりん わふうだし	30.8		
	～川崎小学校リクエスト給食～ キムチチャーハンや鶏肉のハーブ焼きなど人気のあるメニューを取り入れた献立を考えてくれました。							
(火)	キムチチャーハン ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく	にんじん たけのこ にら キムチ	しお 酒 しょうゆ こしょう ちゅうかスー	646		
	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	しお こしょう バジル ワイン オレガノ	29.8		
	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 とうもろこし パプリカ	しお こしょう ドレッシング			
	はるさめスープ	はるさめ でんぶん	ベーコン たまご	たまねぎ にんじん チンゲンサイ しいたけ しょうが	しょうゆ スープストック しお こしょう がらすूप	777		
	みかん			みかん		35.0		
(水)	ツイストパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			696		
	しろみぎかなフライ	パンこ こむぎこ あぶら	かれい		しお こしょう	29.4		
	ひじきサラダ ごまドレッシング	さとう	ひじき	きゅうり キャベツ とうもろこし にんじん えだまめ	しょうゆ みりん ドレッシング	898		
	だいずとウインナーのトマトに	じゃがいも あぶら クリーム さとう	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 ワイン スープストック しお こしょう	36.9		
	～行事食：七草献立～ 1月7日は人日の節句「七草」です。この七草にちなんで、七草汁を献立に取り入れました。							
(木)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう					
	あかうおのさいきょうやき	さとう	あかうお みそ		しお 酒かす	655		
	こまつなのアーモンドあえ	アーモンド さとう		こまつな キャベツ もやし にんじん	しょうゆ みりん	32.3		
	いりどうふ	あぶら さとう	とうふ とりにく なた たまご	にんじん はねぎ たけのこ しいたけ しょうが	しょうゆ わふうだし	801		
	りんご			りんご		38.3		
(金)	うどん ぎゅうにゅう	うどん	ぎゅうにゅう					
	カレーなんばんつゆ	あぶら でんぶん	とりにく かまぼこ あぶらあげ	たまねぎ にんじん こまつな ねぶかねぎ しょうが にんにく	カレールウ カレーこ みりん しお しょうゆ かつおだし	700		
	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		しょうゆ かつおだし にぼしだし しお	29.7		
	れんこんサラダ	さとう あぶら ごま	たまご	れんこん きゅうり にんじん とうもろこし	しょうゆ みりん す しお	857		
	ネーブル			ネーブル		35.7		

※ 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年度 1月 学校給食献立表＜A＞ 吉田町

吉田様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	中学校	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	体の調子を整えるもとになる食品					
(月)	むぎごはん りゅうにゅう	こめ おおむぎ	りゅうにゅう			666			
	とりそぼろいりあつやきたまご	さとう あぶら でんぶん	たまご とり	しょうが	す みりん かつおだし しょうゆ しお こんぶだし	26.6			
	ぶたにくとごぼうのみそいため	あぶら さとう	ぶたにく みそ	ごぼう にんじん こんにやく さやいんげん しょうが	しょうゆ みりん 酒	826			
	はくさいのうまに	マロニー ごまあぶら でんぶん さとう	ぶたにく うずらたまご あつあげ	はくさい 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 しょうゆ 酒 ちゅうかスープ こしょう しお	31.1			
(火)	～行事食：学校給食週間(郷土食献立)～ 静岡県を代表する地場産物「さくらえび」を献立に取り入れました。								
	ごはん りゅうにゅう	こめ	りゅうにゅう			688			
	さくらえびとだいずのかきあげ	こむぎこ でんぶん あぶら	さくらえび だいず	ごぼう たまねぎ はねぎ キャベツ きゅうり ブチヴェール とうもろこし	しお	26.9			
	コールスローサラダ コールスロートレッシング				しお こしょう ドレッシング	846			
(水)	おでん	じゃがいも さとう	とりこく くらはんぺん ちくわ こんぶ	こんにやく だいこん にんじん	しょうゆ みりん 酒 しお かつおだし	31.8			
	～ふるさと給食の日「チャーフィンランチ」～ 牧之原市産のだいこん、小松菜、茶を使った献立です。								
	ココアしょくパン りゅうにゅう	パン さとう マーガリン	りゅうにゅう		ココア	696			
	さけのムニエル	あぶら でんぶん	さけ	にんにく たまねぎ	しお マスタード こしょう	32.4			
(木)	だいこんサラダ わふうドレッシング	ごま	わかめ	だいこん きゅうり	ドレッシング	818			
	こまつなとたまごのスープ	でんぶん	ベーコン たまご	たまねぎ にんじん こまつな とうもろこし えのきたけ	スープストック しお こしょう がらスープ	38.4			
	おちゃタルト	さとう こむぎこ マーガリン	りゅうにゅう たまご れんにゅう	ちゃ	しお				
	～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」、よし吉のイラストのついたコロケを取り入れた献立です。								
(金)	しらすとえだまめのごはん りゅうにゅう	こめ	りゅうにゅう しらす	えだまめ	しょうゆ 酒 しお	640			
	よしきちコロケ	じゃがいも パンこ さとう こむぎこ こめ あぶら	まぐろ	たまねぎ	しお こしょう ブイヨン	22.1			
	カラフルあんかけだいこん	あぶら さとう でんぶん	ぶたにく	だいこん にんじん さやいんげん とうもろこし	しょうゆ しお みりん 酒 わふうだし	775			
	にくだんごとはるさめのスープ	はるさめ でんぶん あぶら	ぶたにく とり	たまねぎ にんじん レタス しいたけ しょうが	しょうゆ スープストック 酒 しお こしょう がらスープ	25.8			
(土)	ナン りゅうにゅう	ナン	りゅうにゅう			634			
	キーマカレー	あぶら	ぶたにく	たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト セロリー にんにく しょうが	ソース カレールウ ワイン チャツネ スープストック カレーこ こしょう	31.4			
	とりにくのパーベキューソースかけ	さとう	とりにく	しょうが にんにく りんご レモン	ワイン しょうゆ	830			
	ブロッコリーサラダ イタリアンドレッシング いちご			ブロッコリー とうもろこし パプリカ いちご	しお ドレッシング	39.7			
(日)	むぎごはん りゅうにゅう	こめ おおむぎ	りゅうにゅう			647			
	しろみぎかなとレバーのチリソースあえ	あぶら さとう ごまあぶら でんぶん	とりレバー たら	ねぶかねぎ しょうが にんにく	ケチャップ チリソース しょうゆ	30.2			
	ゆずかおりあえ	さとう		キャベツ こまつな もやし にんじん ゆず	しょうゆ みりん	798			
	ふゆやさいとんじる	さといも	ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	はくさい にんじん ごぼう こんにやく はねぎ	さばだし にぼしだし	35.5			

※ 物資の都合により、献立が変更になる場合があります。



1/24～1/30
「全国学校給食週間」

学校給食の昔と今

日本の学校給食の始まりは、明治22年までさかのぼります。山形県鶴岡町(現在の鶴岡市)にある大誓寺というお寺に開校された私立忠愛小学校で、貧しくてお弁当を持ってこれない子どもたちのために、食事を提供したのが始まりとされています。その後、全国各地へと学校給食が広がっていききましたが、戦争の影響で中断されてしまいました。

戦争が終わり、子どもたちの栄養状態を改善するために、アメリカのLARA(アジア救援公認団体)からの援助物資で学校給食が再開されることになりました。そして、昭和21年12月24日に給食用物資の贈呈式が行われ、この日を「学校給食感謝の日」とすることが定められました。昭和25年度からは冬休みと重ならない1月24日～30日の1週間を「全国学校給食週間」とし、学校給食の意義や役割について理解や関心を高めることなどを目的に、毎年、全国各地でさまざまな行事が行われます。



昔の給食を見てみよう!

昭和22年ごろ



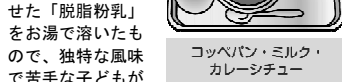
トマトシチュー・ミルク



昭和25年ごろ



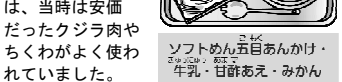
コッペパン・ミルク・カレーシチュー



昭和40年ごろ



ソフトめん五目あんかけ・牛乳・甘酢あん・みかん



昭和51年ごろ



カレーライス・牛乳・サラダ・バナナ



昭和51年に米飯(ご飯)が正式に導入されました。当時は、ご飯を炊く設備がない所が多く、おかずを作る釜で、ご飯とおかずの両方を調理するため、回数は多くありませんでした。

今の給食は?



ご飯を中心とした和食の献立を基本に、郷土料理や行事食を提供しています。また、世界の多様な食文化への理解を深めることを目的とし、さまざまな国の料理も取り入れています。そして、食事の提供だけでなく、栄養バランスや地域の食文化、食べ物への感謝の気持ちなど、さまざまなことを学ぶための「生きた教材」として活用するなど、「食育」の役割も担っています。

