



# 令和3年度 2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			おもな調味料	エネルギー (Kcal) たんぱく質(g)	欠食校 (学年欠食 は含ませ ん)
		きいろ	あか	みどり			
		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			
(火)	ごはん ぎゆうにゆう	こめ	ぎゆうにゆう			617	
	わかさぎのフリッター	あぶら こむぎこ でんぶん	わかさぎ		ベーキングパウダー しお	24.3	
	しおこんぶのそくせきづけ	ごま さとう	こんぶ	キャベツ きゅうり こまつな	しょうゆ こんぶだし しお	788	
	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 こんにやく	しょうゆ 酒 みりん わふうだし	29.4	
(水)	～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「ちりめんじゃこ」を使っています。						
	マーガリンパン ぎゆうにゆう	パン マーガリン さとう	ぎゆうにゆう			632	
	ほうれんそうグラタン	マカロニ こむぎこ バター あぶら マーガリン	ぎゆうにゆう チーズ ベーコン	ほうれんそう たまねぎ	しお	24.6	
	じゃこいりやさいソテー	あぶら	ベーコン しらすぼし	こまつな もやし キャベツ	酒 コツメ しお こしょう	831	
かぶのポトフ	じゃがいも	とりにく	かぶ たまねぎ にんじん エリンギ チンゲンサイ	スープストック ワイン がらスープ しお こしょう	30.3		
(木)	～行事食：節分献立～ 節分にちなんで、いわしと節分豆を献立に取り入れました。						
	わかめごはん ぎゆうにゆう	こめ おおむぎ あぶら さとう	ぎゆうにゆう わかめ		しお	635	
	いわしのごまみそに	さとう ごま こめこ	いわし みそ		みりん しお	27.5	
	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		
	けんちんじる	さといも ごまあぶら でんぶん	とうふ あぶらあげ	こんにやく にんじん ごぼう はねぎ れんこん	しょうゆ みりん しお こんぶだし かつおだし	779	
せつぶんまめ	さとう	だいにく あおさ		しょうゆ	32.2		
(金)	ソフトめん ぎゆうにゆう	ソフトめん	ぎゆうにゆう			648	
	ミートソース	あぶら さとう	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん セロリー マッシュルーム にんにく	ベジタブルソース ハヤシク ソース デミグラスソース こしょう ケチャップ トマトピューレ	29.7	
	チキンナゲット	あぶら さとう こむぎこ でんぶん パンこ	とりにく セラチン だいにく たまご だっしぶんにゆう		しお チキンイオン	815	
	くきわかめサラダ わふうドレッシング	ごま	くきわかめ	キャベツ きゅうり	ドレッシング	37.3	
(月)	ごはん ぎゆうにゆう	こめ	ぎゆうにゆう			686	
	かつおコロッケ	あぶら じゃがいも さとう パンこ こむぎこ でんぶん	かつお	たまねぎ	しょうゆ しお こしょう	20.8	
	キャベツサラダ	あぶら さとう		こまつな キャベツ もやし	す しょうゆ	844	
	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 こしょう カレールウ しお チャップ ソース ワイン スープストック	24.3	
(火)	むぎごはん ぎゆうにゆう	こめ おおむぎ	ぎゆうにゆう			621	
	あじのこうじつけやき	さとう	あじ		こめこうじ しお	30.1	
	かふうあえ	ごま さとう ごまあぶら マロニー		こまつな もやし とうもろこし	しょうゆ しお す	763	
	ぶたにくとだいにくのいために	あぶら さとう でんぶん ごまあぶら	ぶたにく あつあげ	しょうが にんにく だいにく にんじん こんにやく さやいんげん	しょうゆ 酒 スープストック	35.4	
(水)	ロールパン ぎゆうにゆう	パン	ぎゆうにゆう			696	
	とりにくのからあげ	でんぶん あぶら	とりにく	しょうが	酒 しょうゆ しお	27.1	
	アーモンドサラダ コールスロドレッシング	アーモンド		きゅうり キャベツ にんじん	ドレッシング		
	チンゲンサイとにくだんごのスープ	でんぶん あぶら	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	がらスープ ちゅうかスープ しょうゆ 酒 しお こしょう	879	
チョコレートデザート	グラニューとう でんぶん	とうにゆう		ココア	33.9		
(木)	ごはん ぎゆうにゆう	こめ	ぎゆうにゆう			621	
	とうふステーキのそぼろみそあん	あぶら さとう でんぶん	とうにゆう ぶたにく みそ	しょうが	しょうゆ 酒	28.4	
	いそかあえ		のり	ほうれんそう キャベツ もやし	しょうゆ	781	
	おやこに	あぶら さとう じゃがいも	とりにく たまご こおりどうふ	たまねぎ にんじん たけのこ えだまめ	わふうだし 酒 しょうゆ	33.8	
(月)	キムたくごはん ぎゆうにゆう	こめ おおむぎ ごまあぶら	ぎゆうにゆう ぶたにく	キムチ たくあん ねぶかねぎ	ちゅうかスープ しょうゆ こしょう しお 酒	621	
	あげぎょうざ	ラード でんぶん さとう こむぎこ あぶら	とりにく だいにく	キャベツ たまねぎ にんにく しょうが	しょうゆ しお	23.2	
	だいにくときゅうりのひたひた かつおぶし	さとう ごまあぶら	かつおぶし	きゅうり だいにく	しょうゆ す とうがらし	793	
	ちゅうかふうコーンスープ	でんぶん	たまご ベーコン なた	たまねぎ にんじん しいたけ とうもろこし チンゲンサイ	スープストック しょうゆ しお こしょう	28.2	
(火)	ごはん ぎゆうにゆう	こめ	ぎゆうにゆう			614	
	ブルコギ	ごまあぶら さとう ごま	ぶたにく みそ	にんにく しょうが ねぶかねぎ たまねぎ りんご	しょうゆ トウバンジャン	25.9	
	もやしのちゅうかあえ	ごまあぶら さとう		もやし きゅうり こまつな	しょうゆ しお す とうがらし		
	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 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 がらスープ	757	
はれひめ			はれひめ		30.3		

※ 物資の都合により、献立が変更になる場合があります。



# 令和3年度 2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	
(水)	ツイストパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			622	
	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 しお ワイン ワインビネガー	30.5	
	ブロッコリーサラダ イタリアドレッシング			ブロッコリー パプリカ とうもろこし	しお こしょう ドレッシング	800	
	ミネストローネスープ	マカロニ じゃがいも	ベーコン だいず	たまねぎ にんじん セロリー トマト にんにく	ケチャップ コンソメ ワイン しお こしょう	37.7	
～ふるさと給食の日「チャーフィンランチ」*勝間田小学校児童作成(リクエスト)献立～ 牧之原市産の茶を使って竹輪のお茶揚げを作りました。							
(木)	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ	ぎゅうにゅう			644	
	ちくわのおちゃあげ	こむぎこ でんぶん あぶら	ちくわ	ちゃ		28.7	
	だいこんのそぼろに	あぶら さとう でんぶん	とりにく	だいこん にんじん たまねぎ えだまめ しょうが	みりん 酒 しょうゆ しお わふうだし	814	
	とんじる	さといも	ぶたにく とうふ みそ	にんじん ごぼう こんにやく えのきたけ ねぶかねぎ	さばだし にぼしだし	35.3	
(金)	げんまいパン ぎゅうにゅう	パン げんまい	ぎゅうにゅう			666	
	ツナオムレツ	さとう でんぶん あぶら	たまご ツナ		かつおこんぶだし す しょうゆ みりん しお	25.8	
	マカロニサラダ マヨネーズ	マカロニ マヨネーズ		きゅうり にんじん とうもろこし	しお こしょう	865	
	ハヤシシチュー	じゃがいも あぶら	ぶたにく チーズ	にんじん たまねぎ セロリー にんにく	ハヤシルウ ケチャップ ソース しお こしょう がらスープ	32.8	
～ふじっぴー給食～ 吉田・牧之原市で作られているレタス、小松菜をはじめ、さばやはるみみかんなど静岡県産の食材をたくさん使った献立です。							
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			671	
	さばたつたのユウリンチーソースかけ	あぶら ごまあぶら さとう でんぶん	さば	ねぶかねぎ	しょうゆ す とうがらし みりん	24.9	
	こまつなのナムル	ごまあぶら ごま		こまつな もやし にんじん	しょうゆ	825	
	レタスのみそしる	じゃがいも	みそ とうふ あぶらあげ	たまねぎ にんじん はねぎ レタス	さばだし にぼしだし	29.4	
はるみみかん			はるみみかん				
(火)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			652	自彊小
	わふうおろしハンバーグ	さとう でんぶん	とりにく ぶたにく	だいこん しょうが たまねぎ	しょうゆ みりん しお	25.4	
	ごぼうサラダ ごまドレッシング	さとう ごま		ごぼう きゅうり にんじん	しょうゆ みりん ドレッシング	822	
	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	30.6	
(木)	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ	ぎゅうにゅう			634	中央小
	ポークしゅうまい	でんぶん さとう こむぎこ	ぶたにく とりにく たらすりみ だいずこ	たまねぎ	しお しょうゆ	26.9	
	パンサンスー	はるさめ ごま さとう ごまあぶら		きゅうり にんじん ほうれんそう	しょうゆ しお す	800	
	マーボーどうふ	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 しいたけ しょうが にんにく ねぶかねぎ	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	33.1	
～日本&世界の味めぐり給食(静岡県内友好都市教第5位の「イタリア」にちなんだ献立)～ スカパーチェ、ニョッキなど、イタリアにちなんだ献立を取り入れました。							
(金)	ロールパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			701	
	スカパーチェ	でんぶん あぶら さとう グレープシードオイル	ホキ	たまねぎ にんにく レーズン パセリ	す しお	28.0	
	カラフルサラダ イタリアドレッシング			キャベツ きゅうり パプリカ とうもろこし こまつな	しお こしょう ドレッシング	888	
	きのこニョッキのクリームに	じゃがいも あぶら クリーム こむぎこ ヨンスターチ こめこ でんぶん	ベーコン ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ マッシュルーム しめじ	ベジマルソース しお こしょう スープストック がらスープ ウコン パプリカ	34.8	
パンナコッタ	さとう みずあめ でんぶん あぶら	とうにゅう		いちご	しお		
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			661	
	ほっけのひもの		ほっけ		しょうゆ みりん	30.4	
	ひじきサラダ ごまドレッシング	さとう	ひじき	キャベツ きゅうり とうもろこし	しょうゆ みりん ドレッシング	814	
	しずおかおでん	じゃがいも さとう	ぶたにく こんぶ さつまあげ うずらたまご くるはんぺん	こんにやく だいこん にんじん	わふうだし しょうゆ みりん	35.6	
いちご			いちご				

※ 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

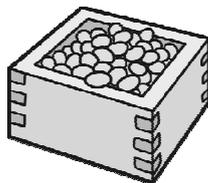
…小魚(しらす)や海藻類(海藻、青のり)には、エビなどが混入する場合があります。

★★★「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。★★★



## 節分 豆ちしき

「節分」とは、「節変わり」といい、もともとは立春・立夏・立秋・立冬の前日のことをいいます。日本では、寒い冬から暖かい春になる立場の前日の節分が特に大事にされ、行事とともに現在まで伝えられています。



## 福豆

節分にいった大豆をまくのは、災いや災害をもたらす鬼の目を打ち払うためだといわれます。豆まきの後、年の数だけ食べて1年の健康を祈ります。

## イワシの頭とひいらぎ

ひいらぎのとけて鬼の目を刺し、焼いたイワシのにおいで鬼を追い払います。

