



令和3年度 2月 学校給食献立表 牧之原市

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)	欠食校 (学年欠食 は含まれま せん)
		きいろ	あか	みどり	エネルギー (Kcal) たんぱく質(g)			
		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		
(火)	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		609		
	ハンバーグデミグラスソース	さとう でんぶん	ぶたにく とりにく	たまねぎ	デミグラスソース ワイン ケチャップ ソース しお	26.2		
	きのこスパゲッティ	スパゲッティ オリーブオイル	ベーコン	たまねぎ エリンギ しいたけ えのきたけ にんにく ピーマン ハブチカ	コンソメ しお こしょう	805		
	やさいスープ			たけのこ にんじん たまねぎ キャベツ ほうれんそう	こしょう しょうゆ コンソメ しお がらスープ	33.7		
～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。								
(水)	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	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	だいず あおさ		しょうゆ	32.2		
～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。								
(木)	マーガリンパン ぎゅうにゅう	パン マーガリン さとう	ぎゅうにゅう			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	ぎゅうにゅう 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 コンソメ 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 テンゲンサイ	スープストック ワイン がらスープ しお こしょう	30.3		
(金)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			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		
(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		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			
	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 ころはんぺん	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	814		
	いちご			いちご		35.6		
(火)	バーガーパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			674		
	ハムチーズフライ	あぶら さとう パンこ こむぎこ ショートニング	ぶたにく とりにく チーズ	たまねぎ	しお	29.7	榛原中	
	かいそうサラダ あおじそドレッシング	ごま	かいそう	キャベツ きゅうり	ドレッシング	891		
	ポークビーンズ	じゃがいも あぶら さとう	だいず ぶたにく	たまねぎ にんじん マッシュルーム	ケチャップ トマトピューレ ワイン ソース スープストック しお こしょう	38.2		
(水)	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ	ぎゅうにゅう			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		
	ぶたにくとだいこんのいために	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 だいこん にんじん こんにやく きやいんげん	しょうゆ 酒 スープストック	35.4		
(木)	ロールパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			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			
	テ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 テンゲンサイ 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	とうにゅう		ココア	33.9		
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			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 テンゲンサイ 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		
(火)	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 イタリアンドレッシング			ブロッコリー ハブチカ 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		

※ 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 牧之原市

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 は含まれ ません)
		きいろ エネルギーのもとになる食品	あか 体をつくるもとになる食品	みどり 体の調子を整えるもとになる食品				
(水)	キムたくごはん 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	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 だいずこ	キャベツ たまねぎ にんにく しょうが	しょうゆ しお	23.2		
	だいこん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 だいこん	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		
(木)	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	ハヤシルー ケチャップ ソース しお こしょう がらスープ	32.8		
～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。								
(金)	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		
(月)	ソフトめん ぎゅうにゅう	ソフトめん	ぎゅうにゅう			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 ハヤシルー 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 だいず(粉) たまご だっしぶんにゅう		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		
～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。								
(火)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			671	川崎小	
	さばたつたのユウリンチソースかけ	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 はるみみかん	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 はるみみかん	さばだし にぼしだし	29.4		
～日本&世界の味めぐり給食(静岡県内友好都市数第5位の「イタリア」にちなんで献立)～ スカパーチェ、ニョッキなど、イタリアにちなんで献立を取り入れました。								
(木)	ロールパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			701	川崎小 坂部小	
	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			
	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 コンスターチ 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	ベジタブルソース 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	888		
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	34.8			
(金)	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ	ぎゅうにゅう			634	川崎小 坂部小	
	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	トウモロコシ しょうゆ 酒 オイスターソース ちゅうかスープ	33.1		
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			686	坂部小	
	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 しお チャネ ソース ワイン スープストック	24.3		

※ 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。

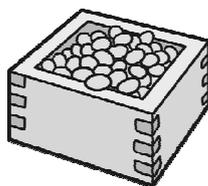
食物アレルギー関連の留意点 ……小魚(しらす)や海藻類(海藻、青のり)には、エビなどが混入する場合があります。

★★★「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

ひいらぎのとげで鬼の目を刺し、焼いたイワシのにおいで鬼を追い払います。

