



令和4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	
		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		中学校	
～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)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			693 27.1	
	とうふステーキのそぼろみそあんかけ	さとう でんぶん あぶら	とうにゅう ぶたにく みそ	しょうが こんにやく	しょうゆ 酒 しお		
	かふうあえ	マロニー さとう ごまあぶら ごま		ほうれんそう にんじん もやし	しょうゆ す		
	ななくさじる		とりにく あぶらあげ	にんじん だいこん かぶ はくさい こまつな ねぶかねぎ せり	しょうゆ しお かつおだし	872 32.5	
	おちゃわらびもち	さとう でんぶん わらびこ	だいず かんてん	ちゃ			
～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」を使ったコロケを取り入れた献立です。							
(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		683 24.8	
	しらすいりコロケ	じゃがいも さとう パンこ こむぎこ こめこ でんぶん あぶら	しらす 	たまねぎ	しお こしょう		
	やさいとベーコンのソテー	あぶら	ベーコン 	こまつな キャベツ にんじん	しお こしょう コンソメ	893 33.9	
	ふゆやさいのクリームに	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 にんじん ブロッコリー はくさい カリフラワー	ホワイトルウ しお こしょう がらスープ ワイン スープストック		
～住吉小学校リクエスト給食～ 吉田町特産の旬のレタスを使ったチャーハンを取り入れた献立を考えてくれました。							
(木)	レタスチャーハン ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ ごまあぶら	ぎゅうにゅう ベーコン	レタス にんじん はねぎ しょうが	しお 酒 こしょう コンソメ	632 22.5	
	あげぎょうざ	でんぶん さとう こむぎこ ごまあぶら ラード あぶら	とりにく だいず	キャベツ たまねぎ にんにく しょうが	しょうゆ しお こしょう イワシだし		
	はるさめサラダ	はるさめ ごま さとう ごまあぶら		きゅうり ほうれんそう もやし	しょうゆ す しお		
	わかめスープ		とりにく たまご 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 こしょう がらスープ ちゅうかスープ	800 26.9	
	りんご 			りんご			
(金)	ロールパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			622 29.3	
	チーズオムレツ	さとう でんぶん あぶら	たまご チーズ		す しお		
	いそべポテト	じゃがいも	あおのり		しお こしょう	807 36.4	
	チリコンカーン	あぶら	だいず ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ にんにく トマト	オレガノ チリソース こしょう ケチャップ ソース ワイン しお		
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			679 23.5	
	ひれかつ	パンこ こむぎこ あぶら	ぶたにく たまご		しお		
	かいそうサラダ ナムルドレッシング		かいそう	キャベツ きゅうり	ドレッシング	865 29.6	
	チキンカレー	じゃがいも あぶら	とりにく チーズ	たまねぎ にんじん セロリー しょうが にんにく	チャツネ ソース ワイン しお カレーウ カレーこ こしょう スープストック		
(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	628 22.2	
	かきあげ	こむぎこ でんぶん あぶら	だいず	ごぼう たまねぎ にんじん	しお		
	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	しょうゆ	774 26.1	
	とんじる	じゃがいも	ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	だいこん にんじん こんにやく はねぎ	さばだし にぼしだし		
(水)	バーガーパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			644 25.9	
	ハンバーグデミグラスソース	さとう でんぶん あぶら	ぶたにく とりにく	たまねぎ	ケチャップ デミグラスソース ソース ワイン しお		
	マカロニサラダ マヨネーズ	マカロニ マヨネーズ		キャベツ きゅうり にんじん	しお こしょう	846 33.2	
	チンゲンサイとたまごのスープ	でんぶん	とりにく たまご	たまねぎ にんじん チンゲンサイ とうもろこし	スープストック しお こしょう がらスープ		
(木)	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ	ぎゅうにゅう			665 24.5	
	とりくとレバーのなんばんづけ	でんぶん あぶら さとう	とりにく とりレバー だいず	ねぶかねぎ しょうが	しょうゆ す とうがらし		
	はりはりづけ	ごま ごまあぶら さとう		きりぼしだいこん にんじん きゅうり	す しょうゆ	820 28.5	
	ワンタンスープ	ワンタン	ベーコン	チンゲンサイ にんじん はくさい たけのこ しいたけ	がらスープ しょうゆ 酒 し お ちゅうかスープ こしょう		
(金)	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			624 27.9	
	ホキのバジルソースやき		ホキ		しょうゆ みりん バジル		
	ビーフンソテー	ビーフン あぶら	ベーコン	にんじん キャベツ ピーマン	コンソメ しょうゆ しお こしょう	836 34.9	
	やさいのようふうに	じゃがいも	とりにく ウインナー	たまねぎ だいこん にんじん チンゲンサイ	スープストック しお こしょう がらスープ		

※ 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。

★★★ 「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。 ★★★



令和4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)	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
		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)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			663	
	さばのしおこうじやき	こうじ	さば		しお	30.5	
	カラフルあんかけだいこん	あぶら さとう でんぶ	ぶたにく	だいこん にんじん えだまめ パプリカ	しょうゆ しお みりん 酒 わふうだし	814	
	レタスのみそしる	じゃがいも	とうふ あぶらあげ みそ	レタス たまねぎ にんじん はねぎ	さばだし にぼしだし	35.8	
(火)	～行事食：学校給食週間(郷土食献立)～静岡県の郷土料理「さくらごはん」「しずおかおでん」を取り入れました。						
	さくらごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		しょうゆ 酒 しお	642	
	あつやきたまご	さとう あぶら でんぶ	たまご		す みりん かつおだし しょうゆ しお こんぶだし	25.4	
	ゆかりあえ	ごま さとう		キャベツ きゅうり しそ	しお うめず	801	
	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 くろはんぺん	こんにゃく だいこん にんじん	わふうだし しょうゆ みりん	30.2	
(水)	～「チャーフィンランチ」～ 牧之原市で作られたお茶を使った「鶏肉の緑茶風味焼き」を取り入れました。						
	ツイストパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			677	
	とりにくのりよくちやふうみやき	オリーブオイル	とりにく	にんにく ちゃ	しお しょうゆ ワイン	30.8	
	ペンネのトマトソースあえ	ペンネ あぶら さとう	ウインナー	トマト エリンギ たまねぎ ビーマン にんにく	ケチャップ ソース ワイン コンソメ しお しょうゆ	861	
	かぶのクリームスープ	あぶら	ベーコン ぎゅうにゅう	かぶ たまねぎ にんじん とうもろこし	ホワイトルウ しお しょうゆ スープストック ワイン がらスープ	37.8	
(木)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			636	
	カレイのレモンソースかけ	でんぶ あぶら さとう	かれい	たまねぎ レモンかじゅう	しょうゆ	25.7	
	ブロッコリーサラダ マヨネーズ	マヨネーズ		ブロッコリー パプリカ とうもろこし	しお しょうゆ	787	
	こまつなとにくだんごのスープ	でんぶ あぶら	ぶたにく とりにく	たまねぎ にんじん こまつな えのきたけ	しお しょうゆ 酒 しょうゆ ちゅうかスープ がらスープ	30.3	
	いちご			いちご			
(金)	うどん ぎゅうにゅう	うどん	ぎゅうにゅう			634	
	カレーなんばんつゆ	でんぶ	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	29.7	
	ちくわのいそべあげ	こむぎこ でんぶ あぶら	ちくわ あおのり			774	
	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 えだまめ	しょうゆ みりん ドレッシング	36.2	
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			621	
	ポークしゅうまい	でんぶ さとう こむぎこ	ぶたにく とりにく だいず たら	たまねぎ	しょうゆ しお	27.2	
	きゅうりとだいこんのひたひた 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	783	
	マーボー豆腐	ごまあぶら さとう でんぶ	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 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	33.5	
(火)	わかめごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ あぶら さとう	わかめ ぎゅうにゅう		しお	630	
	フィッシュナゲット	さとう でんぶ ラード こむぎこ あぶら	たちうお いか あじ いわし たら だいず	たまねぎ しょうが	ワイン しお こんぶだし	26.3	
	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	803	
	すきやき	あぶら さとう	ぶたにく やき豆腐	はくさい たまねぎ ねぶかねぎ にんじん こんにゃく	しょうゆ 酒 みりん わふうだし	32.2	
	はれひめ			はれひめ			

※ 物資の都合により、献立が変更になる場合があります。

1月24日～30日は「全国学校給食週間」

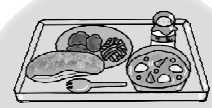
日本の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町(現・市)で始まったとされます。今のような形の学校給食は、昭和21年12月から始まり、昭和29年(1946年)には「学校給食法」が制定されて、法的な根拠も明確になり、教育活動として実施されています。

日本での最初の給食



おにぎり さけのしおやき
さい(やさい)のつけもの

昭和の時代のなつかし給食

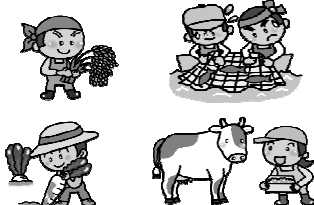


あげパン・くじらのたつたあげ・
カレーシチュー

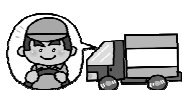
感謝して食べよう

みなさんのもとに給食がとどくまでに、たくさんの方がかわつてます。

● 田んぼや畑、海や牧場で働く人



● 食へ物を運ぶ人



● お店の人



● 給食をつくる人



● 準備をする人



★ 会計年度任用職員を募集しています ★

ぜひ、一度見学に来てください♪

仕事内容：小中学校の給食調理・配送

勤務時間：午前8時～午後4時

休日：土曜、日曜、祝日

春休み、夏休み、冬休み

(給食のない日)

募集人員：若干名

問合せ先：吉田榛原学校給食共同調理場

TEL0548-32-1750