



令和4年度 3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	
		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	
(水)	ツイストパン ギョウにゅう	パン	ギョウにゅう			637	
	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	30.2	
	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	820	
	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	36.6	
(木)	～自強小学校リクエスト給食(桃の節句献立)～ ひな祭りにちなんで、ちらし寿司や桃の節句デザートが取り入れられた献立です。						
	ちらしずし ギョウにゅう	こめ さとう	ギョウにゅう こおり豆腐	たけのこ しいたけ にんじん	しょうゆ わふうだし す しお	649	
	はるまき	こむぎこ みずあめ でんぶん さとう はるさめ あぶら	ぶたにく だいずこ	キャベツ にんじん たまねぎ しょうが	しょうゆ しお	18.0	
	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		
	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 えのきたけ	しお こしょう しょうゆ がらスープ ちゅうかスープ	804	
	もものせっくデザート	さとう あぶら みずあめ	だいずこ とうにゅう	もも りんご		21.3	
(金)	せわりパン ギョウにゅう	パン	ギョウにゅう			622	
	フランクフルト	さとう	ぶたにく		ケチャップ ソース ワイン しお こしょう	28.2	
	やさいソテー	あぶら	ベーコン	キャベツ にんじん エリンギ とうもろこし	コンソメ しお こしょう	805	
	こまつなとたまごのスープ	でんぶん	とりにく たまご	たまねぎ にんじん こまつな えのきたけ	ちゅうかスープ しお こしょう しょうゆ	34.9	
(月)	ごはん ギョウにゅう	こめ	ギョウにゅう			693	
	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 セロリー トマト しょうが にんにく りんご	カレールウ ソース ワイン チャツネ スープストック カレーこ こしょう しお	26.1	
	だいずとにぼしのあげに	でんぶん あぶら さとう	だいず にぼし		しょうゆ		
	かいそうサラダ ナムルドレッシング	ごま	かいそう	キャベツ きゅうり	ドレッシング	850	
	はまさき			はまさき		30.5	
(火)	ごはん ギョウにゅう	こめ	ギョウにゅう			634	
	やきぎょうざ	こむぎこ あぶら でんぶん さとう	ぶたにく とりにく だいずこ	キャベツ たまねぎ にら しょうが	しょうゆ しお	23.1	
	もやしのちゅうかあえ	さとう ごまあぶら		もやし きゅうり こまつな	しょうゆ す しお とうがらし	816	
	やさいのうまに	マロニー さとう ごまあぶら でんぶん	ぶたにく うずらたまご あつあげ	キャベツ 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 ちゅうかスープ 酒 しょうゆ しお こしょう	27.7	
(水)	ミルクパン ギョウにゅう	パン マーガリン さとう	ギョウにゅう だっしふんにゅう			670	
	ミートオムレツ	あぶら	たまご とりにく	たまねぎ	ケチャップ トマトピューレ	24.8	
	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	898	
	ポトフ	じゃがいも	とりにく ウインナー	キャベツ たまねぎ にんじん さやいんげん	スープストック がらスープ ワイン しお こしょう	31.8	
(木)	～ 行事食 卒業・進級お祝い献立 ～ 小学6年生、中学3年生の卒業と 小学2年生から中学2年生までの進級をお祝いした献立です。						
	せきはん ごましお ギョウにゅう	こめ もちごめ あずき ごま でんぶん	ギョウにゅう		しお	691	
	とりにくのからあげ	あぶら でんぶん	とりにく	しょうが	酒 しお しょうゆ	29.8	
	なのはないりおひたし かつおぶし	さとう	かつおぶし	こまつな なのはな もやし	しょうゆ わふうだし		
	だいこんのみそしる	じゃがいも	わかめ あぶらあげ みそ	だいこん にんじん ねぶかねぎ	さばだし にぼしだし	832	
	おいおいデザート	さとう あぶら みずあめ こめこ	とうにゅう だいずこ	いちご	しょうゆ	34.8	

※ 物資の都合により献立が変更になる場合があります。

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 3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			
10 (金)	～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。						
	バーガーパン ギゆうにゆう	パン	ギゆうにゆう		ケチャップ ソース ワイン しお	665 31.5	
	ハンバーグ	さとう でんぶん あぶら	ぶたにく とりにく	たまねぎ 	酒 コンソメ しお こしょう		
	しらすいりスパゲッティ	スパゲッティ オリーブオイル	しらすぼし ベーコン	たまねぎ こまつな エリンギ にんにく マッシュルーム パプリカ	酒 コンソメ しお こしょう	876 39.8	
13 (月)	はるキャベツのクリームスープ	あぶら おおむぎ	とりにく ギゆうにゆう	キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし	ホワイトルウ こしょう ワイン スープストック がらスープ しお		
	ごはん ギゆうにゆう	こめ	ギゆうにゆう			632 26.0	
	えびしゅうまい	パンこ でんぶん さとう こむぎこ みずあめ	えび たら	たまねぎ	しお ホタテだし		
	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	802 31.6	
14 (火)	マーボー豆腐	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 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		
	～ふるさと給食の日「チャーフィンランチ」～ 牧之原市産のお茶を使ったメニューです。						
	きつねごはん ギゆうにゆう	こめ おおむぎ あぶら さとう	ギゆうにゆう とりにく あぶらあげ	にんじん えだまめ 	しょうゆ しお 酒 みりん わふうだし	601 27.4	
	ちくわのおちやあげ	あぶら こむぎこ でんぶん	ちくわ	ちゃ			
15 (水)	きりぼしだいこんのごまずあえ	ごま さとう		きりぼしだいこん きゅうり もやし	しょうゆ す		
	ためきじる	でんぶん	さつまあげ	こんにゃく ごぼう だいこん はねぎ にんじん えのきたけ しょうが	かつおだし しょうゆ しお	749 33.7	
	デコボン			デコボン			
	ソフトめん ギゆうにゆう	ソフトめん	ギゆうにゆう			682 26.7	
16 (水)	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 にんにく マッシュルーム	ハヤシルウ デミグラスソース ソース トマトピューレ こしょう ケチャップ ベジマールソース		
	キャラメルポテト	さつまいも あぶら バター グラニューとう					
	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 とうもろこし パプリカ	しお こしょう ドレッシング	835 32.2	
	いちご			いちご			



ひ しょく せい かつ ふ かえ
日ごろの食生活を振り返ろう!



しょく じ まえ て
食事の前に、手をきれいに
洗っていますか?

あさ
朝ごはんを
毎日
欠かさず
食べて
いますか?

よくかんで、
味わって
食べて
いますか?

おやつは
決まった時間に、
量を決めて
食べていますか?

にが て た もの
苦手な食べ物にも
挑戦して
いますか?

まいにち しょく じ たの
毎日の食事を楽しんで
いますか?

そつ ぎょう せい
卒業生の皆さんへ

そつ ぎょう
ご卒業おめでとうございます。心も体も成長途中の皆さんに
とって、食事から栄養をしっかりとること、食事を楽しむことが
何より大切です。給食を通して学んだことを思い出しながら、毎
日の食生活をよりよいものにしてほしいと願っています。

そつ ぎょう
ご卒業
おめでとう
ございます。

★ 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