



平成25年 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	曜 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)	スプーン・ フォーク	
			あか	みどり	きいろ	たんぱく質(g)		
			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	エネルギーのもと になる食品	小学校 中学校		
8	火	七草（ななくさ）の給食 ～1月7日には、春の七草を入れたおかゆを食べます。～						
		ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう		ごはん	666		
		黒はんぺんフライ	黒はんぺん		でんぶん さとう パンこ あぶら	24.0		
		金平ごぼう	ぶた肉 あぶらあげ	ごぼう れんこん にんじん さやいんげん こんにやく	さとう あぶら	808		
		七草じる	かつおぶし	にんじん 大根 かぶ 白さい ほうれん 草 京な せり	でんぶん	27.9		
みかん		みかん						
9	水	食パン 牛乳 ビーナッツクリーム	ぎゅうにゅう		食パン ビーナッツクリーム	655		
		ハンバーグきのこソースかけ	とり肉 大豆	玉ねぎ しめじ えのき	パンこ あぶら さとう バター	25.5		
		海そうサラダ＜青じそドレッシング＞	わかめ こんぶ 赤とさか 赤・白すぎのり	きゅうり キャベツ	ごま ドレッシング	792		
		ミネストローネスープ	ベーコン	玉ねぎ にんじん トマト パセリ にんにく	マカロニ じゃがいも	29.9		
10	木	鏡開き（かがみびらき）の給食 ～1月11日には鏡もちをわって、おどろにやおしるこにして食べます。～						
		れんこんごはん 牛乳	ぎゅうにゅう ぶた肉	れんこん にんじん しょうが	ごはん 麦 あぶら さとう	692		
		ちくわのいそべあげ	ちくわ 青のり たまご		小麦こ でんぶん あぶら	24.8		
		こまつなのピーナッツあえ		こまつな もやし にんじん	ピーナッツ さとう	846		
		ミニトマト		トマト		29.9		
おしるこ	あずき		じょうしんこ でんぶん さとう					
11	金	せわりロールパン 牛乳	ぎゅうにゅう		ロールパン	700		
		フランクフルト	フランクフルト		さとう	27.8		
		野さいたっぷりやきそば	ぶた肉	にんじん キャベツ 玉ねぎ もやし こまつな	やきそばめん あぶら ごま	881		
		白さいのクリームシチュー	ベーコン ぎゅうにゅう チーズ	にんじん 玉ねぎ 白さい	じゃがいも あぶら	35.1		
		キウイ		キウイ				
15	火	中央小学校リクエスト献立 ～家庭科の授業で献立の立て方を勉強してメニューを考えてくれました。～						
		ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう		ごはん	679		
		さけのしおやき	さけ			31.5		
		ほうれん草のおひたし		ほうれん草 もやし キャベツ にんじん	さとう			
		おでん	とり肉 さつまあげ こんぶ 黒はんぺん うずらたまご	大根 こんにやく	じゃがいも	846		
みかん		みかん		39.0				
16	水	ソフトめん 牛乳	ぎゅうにゅう		ソフトめん	697		
		ナポリタンソース	えび ぶた肉 ベーコン チーズ	玉ねぎ にんじん マッシュルーム ピーマン トマト	さとう あぶら	25.4		
		大豆コロッケ	大豆	玉ねぎ	じゃがいも さとう あぶら パンこ 小麦粉 じょうしん	863		
		フルーツのヨーグルトあえ	ヨーグルト	みかん バイン もも パナナ		31.2		
17	木	なめし 牛乳	ぎゅうにゅう	のざわな	ごはん 麦 あぶら さとう	638		
		ぶりのてりやき	ぶり			28.6		
		いためなます	あぶらあげ	大根 れんこん にんじん	ごま あぶら さとう	759		
		かき玉じる	わかめ なんとまき たまご かつおぶし	たけのこ 玉ねぎ にんじん しいたけ 大根な	でんぶん	34.6		
		ミニトマト		ミニトマト				
18	金	レーズン食パン 牛乳	ぎゅうにゅう		レーズン食パン	689		
		スコッチエッグ	たまご とり肉 大豆	玉ねぎ りんご	パンこ あぶら さとう 水あめ でんぶん	25.1		
		にらともやしのサラダ	のり	にら もやし にんじん	ごま さとう	859		
		コーンポタージュ	ぎゅうにゅう	コーン にんじん 玉ねぎ パセリ	バター クリーム	29.9		
		りんご 牛乳コーヒー		りんご	ぎゅうにゅうコーヒー			
21	月	学校給食週間特別献立 ～「しらす」は吉田町、「大根」は牧之原市の産物です。						
		ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう		ごはん	593		
		しらすシューマイ	しらす たら 大豆こ	玉ねぎ しょうが	あぶら さとう 小麦こ	22.5		
		野さいのナムル		ほうれん草 もやし にんじん	ごま あぶら			
		マーボー大根	とうふ ぶた肉 みそ	にんじん 大根 たけのこ 白ねぎ しいたけ しょうが にんにく	さとう でんぶん あぶら	743		
		いちご		いちご		26.9		

※ 物資の都合により献立が変更になる場合があります

おせち料理の由来

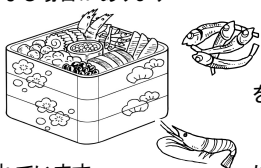
かずのこ

たくさん卵があるので、子孫繁栄の意味があります。



黒豆

まめで健康にくらせます
ようにという意味が込められています。



田作り

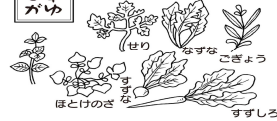
昔、イワシを田の肥料にしていたことから、豊作をもたらすという意味があります。

えび

腰が曲がるまで長生きするようになど、長寿の意味があります。



七草が入っているものは?



1月8日の「七草汁」には、せり、すずな、すずしろが入っています。



平成25年 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	曜日	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)	スプーン・ フォーク
			あか	みどり	きいろ		
			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	エネルギーのもと になる食品		
22	火	学校給食週間特別献立 ～「桜えび」や「みかん」は静岡県の産物です。					
		ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう		ごはん	679	
		さくらえび入りあつやきたまご	たまご さくらえび		さとう あぶら でんぶん	25.7	
		しおこんぶのそくせきづけ	こんぶ	キャベツ きゅうり こまつな	ごま		
		すきやきに	牛肉 やきどうふ	玉ねぎ にんじん 白さい 白ねぎ こんにやく	さとう あぶら	816 29.1	
		みかん		みかん			
23	水	学校給食週間特別献立 ～「レタス」は吉田町の産物です。～					
		アップルパン 牛乳	ぎゅうにゅう		アップルパン	632	
		わかどりの木の実あえ	とり肉		でんぶん くるみ ピーナッツ さとう あぶら	28.0	
		れんこんサラダ<ごまドレッシング>		れんこん きゅうり にんじん ほうれん草	さとう ごま ドレッシング		
		レタススープ	ベーコン たまご	レタス チンゲンサイ 玉ねぎ にんじん	でんぶん	778 33.4	
		ネーブル		ネーブル			
24	木	学校給食週間特別献立 ～「うなぎ」は吉田町の産物です。～					
		さくらごはん 牛乳	ぎゅうにゅう		ごはん 麦	697	
		うなぎ玉どんの具	うなぎ たまご		でんぶん さとう あぶら	27.2	
		かふうサラダ		ほうれん草 にんじん もやし コーン	ごま さとう あぶら		
		とんじる	ぶた肉 とうふ わかめ みそ さばぶし にぼし	大根 ごぼう にんじん こんにやく 白ね ぎ	里いも	792 30.9	
		いも切りぼし			いも切りぼし		
25	金	学校給食週間特別献立 ～昔（昭和40年代）の給食～					
		コッペパン 牛乳 マーガリン	ぎゅうにゅう		コッペパン マーガリン	700	
		くじら肉のケチャップあえ	くじら	レモンかじゅう	でんぶん あぶら さとう	28.7	
		ゆでキャベツ		キャベツ			
		カレーシチュー	ぶた肉 チーズ	玉ねぎ にんじん セロリ にんにく しょうが トマト	じゃがいも あぶら	838 34.3	
28	月	ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう		ごはん	629	
		さばのみそに	さば みそ		さとう	25.4	
		ひじきのいために	大豆 ひじき とり肉	にんじん こんにやく さやいんげん	さとう あぶら		
		すましじる	わかめ なたまき とう ふ かつおぶし	えのきたけ ほうれん草	でんぶん	734 28.6	
		ぼんかん		ぼんかん			
		川崎小学校6年生児童作成献立					
29	火	ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう		ごはん	727	
		ししゃもフライ	ししゃも		パンこ 小麦こ コーンこ ライ麦こ あぶら	25.9	
		ブロッコリーのしおゆで<マヨネーズ>		ブロッコリー	マヨネーズ		
		肉じゃが	ぶた肉	にんじん 玉ねぎ こんにやく さやいんげん	じゃがいも あぶら さとう	885 30.3	
		みかん		みかん			
30	水	黒とうロールパン 牛乳	ぎゅうにゅう		黒とうロールパン	609	
		ポテトカップグラタン	ぎゅうにゅう チーズ	ほうれん草 玉ねぎ	じゃがいも でんぶん あぶら さとう コーンこ マーガリン 小麦こ	25.2	
		野さいとベーコンのソテー	ベーコン	にんじん こまつな もやし	あぶら		
		ポトフ	とり肉 ウインナー	大根 にんじん れんこん 玉ねぎ さやいんげん		724 29.6	
		ミニトマト		トマト			
31	木	キムチチャーハン 牛乳	ぎゅうにゅう ぶた肉	にんじん たけのこ にら 白さい 玉ねぎ りんご にんにく しょうが	ごはん 麦 さとう	651	
		春まき		キャベツ 玉ねぎ にんじん たけのこ にら しいたけ にんにく	あぶら 春雨 でんぶん さとう 小麦こ	22.7	
		きゅうりと大根のひたひた	かつおぶし	大根 きゅうり	さとう あぶら		
		春雨スープ	ベーコン たまご	にんじん 玉ねぎ チンゲンサイ えのきたけ	春雨 でんぶん	754 25.9	
		ヨーグルト	ヨーグルト				

※ 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日は学校給食記念日です

学校給食記念日は、戦争により中断していた学校給食が、昭和21年12月24日に再開したことを記念して制定されました。

吉田榛原学校給食共同調理場では、1月21日～25日に「学校給食週間特別献立」を実施します。



調理作業の見学や
当日の給食の試食ができます。

【学校給食展開催のお知らせ】

日時：1月23日(水)・24日(木)

午前10時～正午

会場：吉田榛原学校給食共同調理場