



平成25年 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	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		
1	金	節分給食 ～2月3日の節分にちなんで福豆がです。～				665 28.3	
		食パン いちごジャム 牛乳	ぎゅうにゅう		食パン ジャム		
		ミートオムレツ	たまご ぶた肉	玉ねぎ にんじん	でんぶん さとう 米こ 油		
		やさいのアーモンドあえ		こまつな もやし きやべつ にんじん	アーモンド さとう		
		ハヤシシチュー 	ぶた肉	玉ねぎ にんじん セロリ にんにく しめじ	じゃがいも 油		
ふくめめ	だいず		アーモンド ビーナッツ 油 さとう こむぎこ でんぶん	825 34.5			
4	月	細小リクエスト献立 ～家庭科の授業で献立のたて方を勉強してメニューを考えてくれました。～				681 27.7	
		ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう		ごはん		
		さわらのレモンしょうゆあえ	さわら	玉ねぎ レモンかじゅう	でんぶん 油 さとう		
		きんぴらごぼう	ぶた肉 油あげ	ごぼう にんじん さやいんげん こんにゃく	さとう ごま油		
		こまつなのみそしる	とうふ わかめ みそ	こまつな だいこん えのき	里いも		
ぼんかん		ぼんかん		827 32.6			
5	火	ベーコンチーズごはん 牛乳	ぎゅうにゅう ベーコン チーズ		ごはん 麦 バター 油	649 23.6	
		いかリングフライ	いか		こむぎこ パンこ 油 コーンスターチ		
		コーンサラダ コールスロードレッシング		きやべつ きゅうり コーン	ドレッシング		
		レタススープ	とり肉 たまご	レタス チンゲンさい 玉ねぎ にんじん	でんぶん		
		キウイフルーツ		キウイフルーツ			
775 28.3							
6	水	せわりロールパン 牛乳	ぎゅうにゅう		ロールパン	658 27.6	
		チリコンカン	ぶた肉 きんときまめ	玉ねぎ ピーマン	油 こむぎこ		
		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		
		カリフラワーのクリームに	ベーコン ぎゅうにゅう チーズ	にんじん 玉ねぎ カリフラワー しめじ	じゃがいも 油		
		いちご 	いちご				
806 32.8							
7	木	ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう		ごはん	604 27.9	
		ほっけのしおやき 	ほっけ				
		いそかあえ	のり	ほうれん草 きやべつ もやし			
		じゃがいものごもくに	とり肉 さつまあげ こおりどうふ	にんじん 玉ねぎ たけのこ こんにゃく えだまめ	じゃがいも さとう 油		
		りんご		りんご			
746 34.2							
8	金	ちゅうかめん 牛乳	ぎゅうにゅう		ちゅうかめん	592 24.3	
		しょうゆラーメンスープ	ぶた肉 なんと	にんじん もやし チンゲンさい メンマ 白ねぎ しょうが にんにく			
		あげギョーザ	とり肉 たまご	きやべつ 玉ねぎ にんにく	こむぎこ パンこ 米こ でんぶん 油 さとう		
		ゆかりあえ		だいこん きやべつ こまつな 赤しそ	ごま		
		ミニトマト		ミニトマト			
761 30.0							
12	火	バレンタイン給食 ～バレンタインにちなんでチョコレートデザートがつきます。～				758 24.9	
		ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう		ごはん		
		ハートのメンチカツ 	とり肉	玉ねぎ ごぼう れんこん	パンこ でんぶん さとう 油		
		華風サラダ		ほうれん草 にんじん もやし コーン	ごま さとう ごま油		
		けんちんじる	とうふ 油あげ	にんじん ごぼう だいこん はねぎ	里いも ごま油 でんぶん		
867 27.4							
13	水	バターロールパン 牛乳	ぎゅうにゅう		バターロールパン	710 30.0	
		わかどりのバーベキューソースかけ	とり肉	はねぎ にんにく りんご レモンかじゅう	さとう		
		ポテトサラダ マヨネーズ		きゅうり にんじん コーン	じゃがいも マヨネーズ		
		はくさいスープ	たまご	はくさい にんじん チンゲンさい	でんぶん		
		キウイフルーツ 牛乳コーヒー		キウイフルーツ	ぎゅうにゅうコーヒー		
776 33.6							
14	木	ふじのくに地産地消の日献立 ～静岡県産の切り干し大根を使って炒め煮にしました。～				612 25.9	
		ひじきごはん 牛乳	ぎゅうにゅう ひじき とり肉	にんじん	ごはん 麦 さとう		
		あつやきたまご	たまご		さとう でんぶん 油		
		きりぼしだいこんのいために	ちくわ 油あげ	きりぼしだいこん にんじん さやいんげん	さとう ごま油		
		つみれじる 	いわし たら みそ	こんにゃく だいこん ごぼう にんじん はねぎ しょうが	でんぶん さとう 里いも		
703 29.3							
15	金	げんまいりバーガーパン 牛乳	ぎゅうにゅう		パン げんまい	701 30.8	
		さけチーズフライ	さけ チーズ		こむぎこ パンこ 油		
		タルタルソース	たまご	きゅうり	油 さとう		
		ポイルやさい		きやべつ きゅうり ほうれん草			
		ふゆやさいのポトフ	とり肉 ウインナー	だいこん にんじん れんこん 玉ねぎ さやいんげん しめじ	里いも		
いちご		いちご		858 36.7			

※ 物資の都合により献立が変更になる場合があります



平成25年 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	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		
		自彊小学校6年児童作成献立	～家庭科の授業で献立のたて方を勉強してメニューを考えてくれました。～				
18	月	ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう		ごはん	651	
		チキンのチーズパンこやき	とり肉 チーズ	赤ピーマン パセリ	パンこ さとう 油	26.2	
		やさいのナムル		こまつな もやし にんじん	ごま ごま油		
		ほうれんそうとたまごのスープ	たまご	ほうれん草 玉ねぎ にんじん えのき	でんぶん	800	
		りんごヨーグルト	ヨーグルト	りんご		32.0	
19	火	むぎごはん 牛乳	ぎゅうにゅう		ごはん 麦	681	
		ビーンズカレー	ぶた肉 きんときまめ ひよこまめ だいず	玉ねぎ にんじん セロリ しょうが にんにく りんご	じゃがいも 油	25.4	
		にこみたまご	たまご		さとう		
		しおこんぶのそくせきづけ	こんぶ	きゃべつ きゅうり こまつな	ごま	803	
		りんご		りんご		29.3	
20	水	ソフトめん 牛乳	ぎゅうにゅう		ソフトめん	696	
		ミートソース	ぶた肉 チーズ	玉ねぎ にんじん セロリ しめじ にんにく トマト	さとう 油	27.1	
		こうやどうふとれんこんのおこのみあげ	こおりどうふ たまご 青のり	れんこん	さとう でんぶん 油 ごま	844	
		フルーツのヨーグルトあえ	ヨーグルト	みかん パイン もも パナナ	さとう	32.3	
21	木	ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう		ごはん	686	
		ぶりのしおやき	ぶり		ごま さとう	31.4	
		しゅんぎくのごまあえ		ほうれん草 きゃべつ しゅんぎく			
		みそおでん	とり肉 こんぶ さつまあげ あつあげ うずらたまご みそ	だいこん にんじん こんにゃく	里いも さとう	860	
		いちご		いちご		38.5	
22	金	メロンパン 牛乳	ぎゅうにゅう		メロンパン	701	
		えびナゲット	とり肉 えび	玉ねぎ	でんぶん さとう こむぎこ パンこ 油	22.7	
		おんやさいサラダ マヨネーズ		ブロッコリー コーン 赤ピーマン 黄ピーマン	マヨネーズ		
		パンプキンポタージュ	ぎゅうにゅう	かぼちゃ にんじん 玉ねぎ パセリ	バター クリーム	956	
		ミニトマト		ミニトマト		28.5	
25	月	ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう		ごはん	636	
		きんぴらいりハンバーグ	とり肉 とうふ たまご	ごぼう 玉ねぎ にんじん しょうが	パンこ やまいも さとう ごま 油	26.5	
		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	きゃべつ きゅうり	ごま		
		いしかりじる	さけ とうふ みそ	だいこん にんじん 白ねぎ	じゃがいも	791	
		でこぼん		でこぼん		32.1	
26	火	ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう		ごはん	688	
		ふりかけ	のり かつおぶし	まっちゃん	さとう でんぶん	26.6	
		わかさぎのごまだれかけ	わかさぎ		でんぶん 油 さとう ごま		
		いためなます	油あげ	だいこん れんこん にんじん	ごま 油 さとう		
		いりどうふ	とうふ とり肉 なたと たまご	にんじん はねぎ たけのこ ほししいたけ だいこんな しょうが	さとう 油	834	
27	水	アッブルパン 牛乳	ぎゅうにゅう		アッブルパン	637	
		チーズオムレツ	たまご チーズ		さとう 油	26.4	
		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		
		ボルシチ	ぶた肉	にんじん 玉ねぎ きゃべつ かぶ トマト	じゃがいも 油 さとう	778	
		りんご		りんご	クリーム	31.3	
28	木	ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう		ごはん	652	
		わかどりのからあげ	とり肉	しょうが	でんぶん 油	33.4	
		なの花のおひたし		こまつな なののはな もやし	さとう		
		だいこんとツナのもの	ツナ がんも ちくわ	だいこん にんじん こんにゃく さやいんげん	里いも さとう でんぶん	795	
		いちご		いちご		39.2	

※ 物資の都合により献立が変更になる場合があります

学校給食の調理を行う臨時調理員を募集しています。

詳しくは吉田榛原学校給食共同調理場まで (TEL 32-1750)