



平成27年 5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	欠食校 (学年欠食 は含みませ せん)
		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	きいろ エネルギーのもと になる食品			
1 金	食パン メプルジャム ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう スキムミルク		こむぎこ ショートニング さとう メイプルジャム	657		自彊小 住吉小
	タンドリーチキン	とりにく ヨーグルト	にんにく しょうが		32.3		
	マカロニソテー	えび チーズ	玉ねぎ ピーマン マッシュルーム にんにく トマト	マカロニ 油	811		
	きゃべつのクリームスープ	ベーコン ぎゅうにゅう	きゃべつ 玉ねぎ にんじん しめじ	油 クリーム	40.4		
	バナナ		バナナ				
7 木	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ	602		吉田中
	さんしょくどの具	とりにく たまご かつおぶし	しょうが むきえだまめ	さとう でんぷん 油	28.7		
	やさいのごまあえ		ほうれんそう キャベツ もやし	ごま さとう			
	わらびのみそしる	とうふ 油あげ わかめ にぼし さばぶし	わらび えのきたけ はねぎ	じゃがいも	754		
	キウイフルーツ		キウイフルーツ		33.8		
11 月	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ			自彊小
	ツナコロッケ	まぐろ スキムミルク	玉ねぎ	じゃがいも マヨネーズ マーガリン さとう パンこ こむぎこ コーンこ でんぷん	616		
	ゆかりあえ		だいこん こまつな しそ	ごま	22.2		
	マーボーどうふ	とうふ ぶたにく みそ	にんじん 玉ねぎ たけのこ ねぶか ねぎ ほししいたけ しょうが にんにく	さとう でんぷん ごま油	801		
	カラマンダリン		カラマンダリン		26.7		
12 火	子どもの日献立 ~かしわの葉は新芽が育つまで新しい葉が落ちないことから、子孫繁栄の意味があります。~				621		
	たけのこごはん ぎゅうにゅう	油あげ ぎゅうにゅう	たけのこ	こめ むぎ さとう	21.1		
	おさかなオムレツ	たまご		マヨネーズ さとう コーンこ 油			
	かいそうサラダ あおじそドレッシング	わかめ こんぶ くわかめ 白みりん 赤・白トサカノリ	キャベツ きゅうり				
	しんじゃがのみそしる	わかめ にぼし さばぶし みそ	玉ねぎ にんじん えのきたけ	じゃがいも	695		
かしわもち			じょうしんこ あずき さとう でんぷん 油	23.4			
13 水	げんまい入りパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう スキムミルク		こむぎこ ショートニング さとう げんまい	601		住吉小
	さけチーズフライ タルタルソース	さけ チーズ	きゅうり 玉ねぎ レモン かつお じゃこ あかピーマン こんにゃくこ	こむぎこ コーンこ でんぷん パンこ 油	26.1		
	ポイルやさい		きゃべつ きゅうり こまつな もやし	ピーナッツ さとう			
	ミネストローネスープ	ベーコン しろいんげんまめ	きゃべつ 玉ねぎ にんじん セロリートマト にんにく	マカロニ じゃがいも	782		
	オレンジ		オレンジ		32.5		
14 木	八十八夜の献立 ~八十八夜にちなんでお茶を取り入れた献立です。~				637		
	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ	22.6		
	こうやどうふのおちやあげ	こうやどうふ たまご	せんちゃ	でんぷん ごま 油 さとう			
	ごぼうサラダ ごまドレッシング		ごぼう きゅうり にんじん ほうれんそう	さとう ごま ごまドレッシング	789		
	かきたまじる	たまご なると わかめ かつおぶし	玉ねぎ たけのこ にんじん みつば ほししいたけ	でんぷん	26.7		
おちや豆乳プリン	とうにゅう だいちこ	まっちゃ	さとう 油				
15 金	おちやパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう スキムミルク	せんちゃ	こむぎこ ショートニング さとう	630		
	チキンナゲット	とりにく おから		パンこ でんぷん さとう 油 こむぎこ コーンこ こめこ	30.6		
	やさいのピーナッツあえ		こまつな もやし にんじん	ピーナッツ さとう	838		
	ポークビーンズ	だいちこ ぶたにく	玉ねぎ にんじん マッシュルーム トマト	じゃがいも さとう あぶら	39.4		
	パイ		パイ				
18 月	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ	571		吉田中
	かつおのなんばんづけ	かつお		でんぷん さとう 油	28.1		
	ひじきのいために	だいちこ とりにく ひじき	にんじん こんにゃく いんげん	さとう ごま油	732		
	さわにわん	ぶたにく かつおぶし	にんじん たけのこ ごぼう えのきたけ はねぎ		36.2		
	ミニトマト		ミニトマト				
19 火	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ	630		吉田中
	やきぎょうざ	とりにく ぶたにく たまご だいちこ	きゃべつ たら 玉ねぎ	こむぎこ ラード 油 ごま油 さとう こめこ でんぷん	24.5		
	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			
	あつあげのちゅうかに	あつあげ ぶたにく	たけのこ はくさい にんじん ほししいたけ しょうが にんにく	ごま油 さとう でんぷん	815		
	キウイフルーツ		キウイフルーツ		30.0		
20 水	ふるさと給食の日 ~静岡県の特産品「桜えび」「しらす」を使った献立です。~				631		吉田中
	うどん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こむぎこ	28.5		
	きつねうどんつゆ	油あげ とりにく なると かつおぶし	にんじん ねぎ こまつな	さとう でんぷん			
	さくらえびとしらすのかきあげ	さくらえび しらす たまご	玉ねぎ はねぎ ごぼう	こむぎこ でんぷん 油	771		
	あまなつのヨーグルトあえ	ヨーグルト	なつみかん	さとう	34.2		

※ 物資の都合により献立が変更になる場合があります。

※ ふるさと給食の日には、吉田町をPRするキャラクター「よし吉」を掲載します。よろしくお願ひ致します。





平成27年 5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	欠食校 (学年欠食は含みません)	
		あか 体をつくるもの になる食品	みどり 体の調子を整えるもの になる食品	きいろ エネルギーのもと になる食品				
21 木	日本味めぐり給食(東京都) ~深川めしはあさりの炊き込みご飯です。東京都江東区深川の郷土の味です。~						吉田中	
	ふかがわめし(あさりごはん) ぎゅうにゅう	あさり あけが いぎゅうにゅう	ごぼう にんじん しょうが	むぎ こめ さとう	620			
	メンチカツ	とりにく ぶたにく だいずこ	きゃべつ 玉ねぎ	ラード さとう パンこ でんぷん 油	24.7			
	こまつなのおかかあえ かつおぶし	かつおぶし	こまつな きゃべつ もやし					
	わかめのみそしる	とうふ わかめ にぼし さばぶし みそ	玉ねぎ にんじん えのきたけ		871			
カラマンダリン		カラマンダリン		33.6				
22 金	しょくパン いちごジャム ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう スキムミルク		こむぎこ ショートニング さとう いちごジャム	685		吉田中	
	さばのマヨネーズやき	さば	とうもろこし 玉ねぎ	マヨネーズ	26.6			
	やさいのレモンじょうゆあえ		きゅうり きゃべつ もやし レモンかじゅう	さとう				
	キャロットシチュー	ベーコン ぎゅうにゅう チーズ	玉ねぎ にんじん パセリ	じゃがいも 油	838			
	パイ		パイ		31.8			
25 月	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ	614			
	あじのこうじづけやき		あじ	こめこうじ	28.6			
	いそかあえ	のり	ほうれん草 きゃべつ もやし					
	じゃがいものごもくに	とりにく さつまあげ こうやどうふ	にんじん 玉ねぎ たけのこ えだまめ こんにゃく	じゃがいも 油 さとう	781			
	ジュシーフルーツ		ジュシーフルーツ		35.7			
26 火	リクエスト献立 ~自彊小のリクエスト献立です。赤黄緑の食品がそろった献立です。~							
	わかめごはん ぎゅうにゅう	わかめ ぎゅうにゅう		こめ むぎ 油 さとう	700			
	くろはんべんフライ	くろはんべん		パンこ コーンこ 油 でんぷん	26.5			
	きゅうりとだいこんのひたひた かつおぶし	かつおぶし	きゅうり だいこん	さとう ごまあぶら				
	とんじる	ぶたにく とうふ わかめ にぼし さばぶし みそ	玉ねぎ もやし にんじん ごぼう こんにゃく	じゃがいも	803			
バナナ		バナナ		30.1				
27 水	レーズンパン ぎゅうにゅう	スキムミルク ぎゅうにゅう	ほしぶどう	こむぎこ ショートニング さとう	656			
	ハムチーズピカタ	たまご チーズ ハム		さとう でんぷん 油	24.6			
	コーンサラダ コールスロードレッシング		きゃべつ とうもろこし きゅうり	コールスロードレッシング				
	ハヤシシチュー	ぶたにく	玉ねぎ にんじん セロリー しめじ にんにく	じゃがいも 油	757			
	オレンジ		オレンジ		28.8			
28 木	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	717			
	だいずとにぼしのあげに	だいず にぼし		さとう ごま でんぷん 油	28.0			
	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 にんじん	さとう				
	チキンカレー	とりにく チーズ	玉ねぎ にんじん セロリー にんにく しょうが トマト りんご	じゃがいも 油	828			
	ミニトマト		ミニトマト		32.0			
29 金	マーガリンパン ぎゅうにゅう	スキムミルク ぎゅうにゅう		こむぎこ ショートニング さとう マーガリン	611		中央小	
	ポテトカップえびグラタン	えび チーズ ぎゅうにゅう	玉ねぎ	じゃがいも マカロニ でんぷん コーンこ むぎこ バター 油 さとう	21.8			
	やさいとウインナーのソテー	ウインナー	きゃべつ もやし こまつな にんじん	油				
	ほうれんそうとたまごのスープ	たまご	玉ねぎ ほうれん草 にんじん えのきたけ	でんぷん	844			
	れいとうみかん		みかん		26.7			

※物資の都合により献立が変更になる場合があります。



5月の献立目標は、【新緑を味わおう】です。

今月の旬の食材は、かつお、桜えび、しらす、新じゃがいも、わらび、たけのこ...などです。お楽しみに♪



★かつおの南蛮漬★(4人分)

「吉田榛原学校給食共同調理場」で検索すると、給食レシピが見られます。

【材料】かつお・・・40～50gくらいの切身4枚 ※角切りでも可

片栗粉・・・かつおにまぶす量 揚げ油

＜南蛮漬のたれ＞しょうゆ・・・大さじ1 さとう・・・大さじ2 酢・・・小さじ2

【作り方】 水・・・小さじ2 とうがらし・・・お好みで少々

①南蛮漬のたれの調味料を鍋に入れ、煮立たせる。

②かつお切り身に片栗粉をまぶして、油であげる。

※油を多めにひいたフライパンで揚げ焼きにしても可。

③①のたれに、②のかつおを漬け込んで出来上がり。



☆臨時職員を募集しています☆

学校給食の調理を行う臨時職員を募集しています！

※調理師免許等の資格が無くても勤務可能です。

正規調理員の補助業務が主なお仕事です。

学校給食調理に興味のある方歓迎いたします。

【給与】時給805円～

採用から4か月後840円、7か月後875円、

一年後890円、二年後905円まで昇給可

【勤務時間等】

平日8:00～16:00

休日は土日祝日の他、小・中学校の長期休暇中