



平成27年 8・9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	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			
8月 27	木	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		米	669 23.6		住吉小 吉田中
		ふりかけ	かつおぶし わかめ しらす	赤しそ	さとう ごま			
		肉だんごのあまずあんかけ	とり肉 ぶた肉	玉ねぎ	パンこ でんぶん さとう			
		かぼちゃチップ	たまご	かぼちゃ	小麦こ でんぶん 油			
		さわにわん	ぶた肉 かつおぶし	にんじん ごぼう たけのこ えのきたけ はねぎ				
		ぶどう		ぶどう				
8月 28	金	食パン チョコレートクリーム ぎゅうにゅう	スキムミルク ぎゅうにゅう		小麦こ ショートニング さとう チョコレートクリーム	611 27.0		
		いかのチリソースあえ	いか	白ねぎ しょうが にんにく	でんぶん 油 さとう ごま油			
		かふうサラダ		ほうれん草 にんじん もやし とうもろこし	ごま さとう ごま油			
		ビーフンスープ	とり肉	チンゲンサイ 白さいい にんじん たけのこ ほししいたけ しょうが	ビーフン 油			
		オレンジ		オレンジ				
8月 31	月	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		米	627 22.7		吉田中
		ポークしゅうまい	ぶた肉	玉ねぎ しょうが	小麦こ でんぶん ごま油 ラード さとう			
		きゅうりとだいこんのひたひた	かつおぶし	きゅうり だいこん	ごま油 さとう			
		マーボーなす	とうふ ぶた肉 みそ	なす にんじん たけのこ 白ねぎ しょうが にんにく ほししいたけ	さとう でんぶん ごま油			
		れいとうみかん		みかん				
1	火	日本味めぐり給食の日【福井県】～名物のさばの塩焼きや郷土食の打ち豆を取り入れた献立です。～				638 26.7		
		ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		米			
		さばのしおやき	さば					
		いそかあえ	のり	ほうれん草 きゃべつ もやし				
		うちまめじる	大豆 油あげ みそ にぼし	大根 にんじん しめじ ごぼう 白ねぎ	里いも			
		メロン	さばぶし	メロン				
2	水	ソフトめん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		小麦こ	698 27.5		
		なすのミートソース	ぶた肉 チーズ	玉ねぎ なす にんじん セロリ マッシュルーム トマト にんにく	さとう 油			
		コーンフライ	ぎゅうにゅう	とうもろこし	小麦こ さとう 油 バター			
		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	パンこ でんぶん			
		はっこうにゅう	はっこうにゅう		ごま			
3	木	作って食べよう給食～自分でおにぎりを作って食べましょう～				652 26.4		
		ゆかりごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤しそ	米 麦 さとう 油			
		おにぎりのり	のり					
		黒はんぺんフライ	黒はんぺん		パンこ 小麦こ コーンこ 大豆こ でんぶん 油			
		やさいのおかかあえ	かつおぶし	ほうれん草 きゃべつ もやし				
		さつまじる	とり肉 とうふ みそ にぼし さばぶし	大根 にんじん こんにゃく 白ねぎ	さつまいも			
4	金	げんまい入りバーガーパン ぎゅうにゅう	スキムミルク ぎゅうにゅう		小麦こ ショートニング さとう げんまい	635 27.2		
		ハンバーグ	とり肉 ぶた肉 大豆	玉ねぎ	パンこ ラード でんぶん さとう			
		やさいソテー		きゃべつ こまつな とうもろこし	油			
		かぼちゃのシチュー	ベーコン ぎゅうにゅう チーズ	玉ねぎ かぼちゃ にんじん パセリ	クリーム 油			
		ミニトマト		ミニトマト				
7	月	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		米	614 28.5		
		かつおのたつたあげ	かつお		でんぶん 油			
		海藻サラダ 青じそドレッシング	わかめ こんぶ くわがめ 白みりん 赤・白トサカノリ	きゃべつ きゅうり	ごま			
		あつあげのちゅうかに	あつあげ ぶた肉	たけのこ 白さい にんじん にんにく しょうが ほししいたけ	さとう でんぶん ごま油			
		オレンジ		オレンジ				
8	火	榛原中学校リクエスト献立～給食委員会のみなさんが、色とりよく栄養バランスに配慮したメニューを考えてくれました。～				598 26.4		
		わかめごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう わかめ		米			
		わかどりのハーブやき	とり肉	にんにく オレガノ バジル	オリーブオイル			
		やさいのナムル		ほうれん草 もやし にんじん	ごま ごまあぶら			
		かきたまじる	たまご なたと わかめ かつおぶし	玉ねぎ にんじん たけのこ みつば ほししいたけ	でんぶん			
		パイ		パイ				
9	水	米こ入りナン ぎゅうにゅう	スキムミルク ぎゅうにゅう		小麦こ ショートニング さとう 米こ	636 26.0		
		キーマカレー	とり肉	玉ねぎ にんじん ビーマン にんにく	油			
		ひよこ豆とポテトのサラダ マヨネーズ	ひよこ豆	きゅうり にんじん とうもろこし	じゃがいも マヨネーズ			
		やさいスープ	ベーコン	きゃべつ たまねぎ にんじん チンゲンサイ				
		ヨーグルト	ヨーグルト					
10	木	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		米	583 25.6		吉田中
		ぶた肉のジュージューやき	ぶた肉	玉ねぎ しめじ ハツタ しょうが にんにく	油 さとう			
		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			
		つまれじる	つまれ とうふ かつおぶし にぼし	大根 ごぼう にんじん はねぎ しょうが	里いも でんぶん			
		ミニトマト		ミニトマト				

※ 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27年 8・9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	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			
11	金	食パン メイプルジャム ギゆうにゅう	スキムミルク ギゆうにゅう		小麦こ ショートニング さとう メイプルジャム	613		吉田中
		ツナとポテトのチーズやき	ツナ チーズ	玉ねぎ	じゃがいも マヨネーズ	24.8		
		コーンサラダ やさいドレッシング		きゃべつ とうもろこし きゅうり	ドレッシング	747		
		春雨スープ	とり肉 たまご	玉ねぎ にんじん チンゲンサイ えのきたけ	春雨 でんぷん	29.2		
14	月	ごはん ギゆうにゅう	ギゆうにゅう		米	651		
		のりつくだに(中学校)	のり		さとう はちみつ	26.0		
		里いもコロッケ	とり肉	玉ねぎ とうもろこし にんじん	里いも パンこ 米こ 小麦こ マーガリン 油 さとう	847		
		きゅうりとコーンのすのもの	わかめ	きゅうり とうもろこし しょうが	さとう	31.5		
15	火	親子に	とり肉 たまご ちくわ こうやどうふ	玉ねぎ にんじん たけのこ えだ豆	さとう 油			
		パイナップル		パイナップル				
		お月見献立 ～9月27日の十五夜にちなんで、デザートは月見団子です。～			672			
		コーンとえだ豆のごはん ギゆうにゅう	ギゆうにゅう	とうもろこし えだ豆	米	23.6		
16	水	あつやきたまご	たまご		さとう 油 でんぷん			
		ひじきのいために	大豆 とり肉 ひじき	にんじん こんにゃく さやいんげん	さとう ごま油	760		
		里いものみそしる	とうふ 油あげ みそ にぼし	にんじん 大根 はねぎ	里いも	27.2		
		月見だんご	きなこ		もちこ さとう			
17	木	ちゅうかめん ギゆうにゅう	ギゆうにゅう		小麦こ	612		
		しょうゆラーメンスープ	ぶた肉 なると	もやし チンゲンサイ にんじん 白ねぎ ママ しょうが にんにく		26.7		
		さつまいもとにぼしのあげに	大豆 にぼし		さつまいも 油 ごま さとう でんぷん	745		
		れいとうみかん	みかん			32.0		
18	金	ふるさと給食の日～駿河湾産のかますを取り入れた献立です。～			606			
		ごはん ギゆうにゅう	ギゆうにゅう		米			25.1
		かますのフライ	かます		パンこ 小麦こ コーンこ でんぷん 油			
		なすとピーマンのみそいため	ぶた肉 みそ	なす ピーマン にんじん しょうが	ごま油 さとう でんぷん			757
24	木	けんちんじる	とうふ 油あげ かつおぶし	にんじん ごぼう 大根 はねぎ	ごま油 でんぷん 里いも	30.4		
		なし	なし					
		こくとうパン ギゆうにゅう	スキムミルク ギゆうにゅう		小麦こ ショートニング さとう こくとう	660		
		チーズオムレツ	たまご チーズ		さとう でんぷん	28.6		
25	金	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 ほうれん草	さとう ごま ドレッシング	849		中央小
		チキンピーンズ	大豆 とり肉	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 油	35.5		
		ぶどう	ぶどう					
		ごはん ギゆうにゅう	ギゆうにゅう		米	665		
28	月	いわしのかばやき	いわし		油 さとう でんぷん	23.7		自彊小
		かぼちゃサラダ マヨネーズ		かぼちゃ きゅうり えだ豆	アーモンド マヨネーズ			
		なすのみそしる	とうふ 油あげ にぼし さばふし みそ	なす にんじん 玉ねぎ はねぎ		843		
		ぶどう	ぶどう			28.9		
29	火	マーガリンパン ギゆうにゅう	スキムミルク ギゆうにゅう		小麦こ ショートニング さとう マーガリン	652		自彊小 中央小
		ポテトカップグラタン	ギゆうにゅう チーズ	玉ねぎ にんじん かぼちゃ	じゃがいも 油 さとう 小麦こ マーガリン マカロニ ラード バター でんぷん	21.7		
		こまつなピーナッツあえ		こまつな もやし にんじん	ピーナッツ さとう	836		
		ミネストローネスープ	ベーコン 白いんげん豆	きゃべつ 玉ねぎ にんじん セロリ トマト にんにく	マカロニ	26.2		
30	水	りんご	りんご					
		ごはん ギゆうにゅう	ギゆうにゅう		米	693		
		さんまのおやき	さんま		ごま さとう	27.6		
		ゆかりあえ		大根 きゅうり こまつな 赤しそ	じゃがいも さとう 油	861		
29	火	肉じゃが	ぶた肉	玉ねぎ にんじん こんにゃく えだ豆	じゃがいも さとう 油	32.6		住吉小
		オレンジ		オレンジ				
		ごはん ギゆうにゅう	ギゆうにゅう		米	598		
		三色どんのぐ	とり肉 たまご	えだ豆 しょうが	さとう でんぷん 油	28.0		
30	水	やさしいごまあえ		こまつな きゃべつ もやし	ごま さとう			
		とんじる	ぶた肉 とうふ みそ にぼし さばふし	大根 にんじん ごぼう 白ねぎ	里いも	746		
		りんご	りんご			33.0		
		レーズン食パン ギゆうにゅう	スキムミルク ギゆうにゅう	ほしぶどう	小麦こ ショートニング さとう	712		
30	水	とり肉とレバーのケチャップあえ	とり肉 とりレバー 大豆	レモンかじゅう	でんぷん 油 さとう	31.2		
		ほうれん草サラダ		ほうれん草 きゅうり とうもろこし	さとう 油			
		カレースープ	ぶた肉	玉ねぎ きゃべつ にんじん にんにく	じゃがいも 油	815		
		チーズ	チーズ			36.3		

※ 物資の都合により献立が変更になる場合があります