



平成27年 11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			
2	月	ごはん ぎゅうにゅう みそ田楽 いそかあえ 親子に みかん	ぎゅうにゅう とうふ みそ のり とりにく ちくわ たまご こおりどうふ	ほうれん草 きゃべつ もやし にんじん 玉ねぎ たけのこ えだ豆 みかん	米 さとう でんぷん ごま 油 さとう 油	659 28.8 826 34.7		自彊小
4	水	げん米入りロールパン ぎゅうにゅう 白身魚のフライ タルタルソース ポイルやさい チンゲン菜のクリームに パイン	ぎゅうにゅう スkimミルク ほき 大豆こ ベーコン ぎゅうにゅう チーズ	きゅうり 玉ねぎ レモンかじゅう 赤ピーマン こんにやくこ きゃべつ きゅうり もやし こまつな にんじん 玉ねぎ チンゲン菜 パイン	小麦こ ショートニング さとう げん米 パンこ 小麦こ 油 油 さとう じゃがいも 油 クリーム	644 27.1 830 33.4		
<p>～いい歯の日献立～ 11月8日のいい歯の日にちなんで、かみごたえのある料理がです。</p>								
5	木	ごはん ぎゅうにゅう だいずとにぼしのあげに ゆかりあえ くきわかめ入りきんぴら りんご	ぎゅうにゅう だいず にぼし ぶた肉 黒はんぺん くきわかめ 油あげ	大根 こまつな 赤しそ ごぼう にんじん こんにやく さやいんげん しょうが りんご	米 油 ごま さとう でんぷん ごま さとう さとう ごま油	625 24.9 779 29.5		住吉小
6	金	うどん ぎゅうにゅう カレーうどんのつゆ しおこんぶのそくせきづけ おにまん	ぎゅうにゅう とり肉 うずらたまご こんぶ	玉ねぎ にんじん 白ねぎ ほうれん草 しめじ しょうが にんにく きゃべつ きゅうり こまつな にんじん	小麦こ 油 ごま さとう さつまいも 小麦こ さとう 米こ 油 でんぷん	615 25.7 789 31.3		
<p>～ふるさと給食週間～ 黒はんぺん、お茶、小松菜、大根、里いも、みかんなどの静岡県の産物がたくさんです。</p>								
9	月	ごはん ぎゅうにゅう 黒はんぺんのお茶天ぷら やさいのごまあえ 大根と里いものものに みかん	ぎゅうにゅう 黒はんぺん たまご ぶた肉 うずらたまご 油あげ	おちゃ こまつな きゃべつ もやし 大根 こんにやく にんじん さやいんげん しょうが にんにく みかん	米 こむぎこ 油 ごま さとう 里いも さとう ごま油 でんぷん	661 25.3 829 30.2		
10	火	麦ごはん ぎゅうにゅう とうふハンバーグ しらすと大根なのいためもの とろろじる きざみのり ミニトマト	ぎゅうにゅう とうふ とり肉 ぶた肉 たら しらす みそ にぼし さばぶし かつおぶし のり	玉ねぎ しょうが は大根 もやし きゃべつ 白ねぎ ミニトマト	米 むぎ 米こ でんぷん さとう ラード 油 山いも	619 26.5 731 31.3		
11	水	食パン 黒豆きなこクリーム ぎゅうにゅう えびグラタン ほうれん草サラダ ラビオリスープ りんご	ぎゅうにゅう スkimミルク とり肉 えび 牛にゅう チーズ ぶた肉	玉ねぎ ほうれん草 きゃべつ とうもろこし 玉ねぎ にんじん チンゲン菜 しめじ りんご	小麦こ ショートニング さとう 黒豆きなこクリーム バター マカロニ 油 さとう 小麦こ パンこ 油	659 28.7 802 33.9		住吉小
<p>リクエスト献立の日 ～坂部小学校6年生が考えてくれた献立です。～</p>								
12	木	さつまいもごはん ぎゅうにゅう さけのチーズやき きゅうりと大根のひたひた かつおぶし いりどうふ みかん	ぎゅうにゅう さけ チーズ かつおぶし とうふ とり肉 なんと たまご こおりどうふ	きゅうり 大根 にんじん たけのこ は大根 ほししいたけ はねぎ しょうが みかん	さつまいも 米 麦 さとう ごま油 さとう 油	743 35.7 873 43.5		
13	金	レーズンパン ぎゅうにゅう とり肉とレバーのマリネ コーンサラダ やさいドレッシング かぼちゃシチュー キウイフルーツ	ぎゅうにゅう スkimミルク とり肉 とりレバー 大豆 ベーコン ぎゅうにゅう チーズ	ほしぶどう 玉ねぎ レモンかじゅう きゃべつ とうもろこし きゅうり かぼちゃ にんじん 玉ねぎ パセリ キウイフルーツ	小麦こ ショートニング さとう でんぷん さとう 油 小麦こ やさいドレッシング クリーム 油	670 30.2 860 37.2		
16	月	ごはん ぎゅうにゅう さんまのオレンジに きくの花のおひたし みそおでん りんご	ぎゅうにゅう さんま とり肉 いわし ちくわ すけそうだら こんぶ みそ	オレンジ ほうれん草 もやし きゃべつ しめじ きくの花 大根 こんにやく にんじん りんご	米 さとう でんぷん さとう じゃがいも さとう でんぷん	640 25.4 804 30.3		中央小

※ 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 11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 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			
17	火	～ふるさと給食週間～ しらす、ミニトマトなどの静岡県の産物がたくさんです。			623 25.5		中央小	
		ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	米				
		しらす入りたまごやき	たまご しらす あおさ	さとう 油 でんぷん				
		やさいのナムル	ほうれん草 もやし にんじん きゅうり	ごま ごま油				
		マーボー豆腐	とうふ ぶた肉 みそ	さとう ごま油 でんぷん				
ミニトマト	ミニトマト							
18	水	～ふるさと給食週間～ まぐろ、かつおぶし、チンゲン菜などの静岡県の産物がたくさんです。			690 27.7			
		ソフトめん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	小麦こ				
		ツナとあさりのソース	まぐろ クラム チーズ	油				
		やさいのおかかあえ かつおぶし	かつおぶし	チンゲン菜 もやし きゃべつ				
		キャラメルポテト		さつまいも 油 バター				
チーズ	チーズ	さとう						
19	木	～ふるさと給食週間～ さば、ひじき、くきわかめ、里いも、しいたけ、葉ねぎ、かきなどの静岡県の産物がたくさんです。			636 27.1			
		ひじきごはん ぎゅうにゅう	ひじき とり肉 ぎゅうにゅう	にんじん				
		さばのカレーあげ	さば	コーンこ でんぷん 油				
		切り干し大根のもの	ぶた肉 くきわかめ	切り干し大根 にんじん				
		里いものみそしる	とうふ 油あげ みそ	大根 しいたけ はねぎ				
かき	にぼし さばぶし	かき						
20	金	～ふるさと給食週間～ とり肉、みかんなどの静岡県の産物がたくさんです。			745 34.3			
		食パン みかんジャム ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう スキムミルク	小麦こ ショートニング さとう				
		わかどりのてりやき	とり肉	みかんジャム				
		ブロッコリーのしおゆで マヨネーズ		しょうが にんにく				
		ポークビーンズ	大豆 ぶた肉	マヨネーズ				
ヨーグルト	ヨーグルト	玉ねぎ にんじん マッシュルーム トマト						
24	火	～和食の日給食～ 11月24日は「いいにほんしょく」で和食の日です。だしを味わえるすまし汁を中心とした献立です。			667 24.1		自彊小	
		ふきよせおこわ ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう とり肉	にんじん しめじ しいたけ				
		ちくわのもみじあげ	ちくわ たまご	にんじん パセリ				
		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				
		すましじる	とうふ なたと わかめ	ごま さとう ごまドレッシング				
みかん	かつおぶし	にんじん えのきたけ みつば						
25	水	～和食の日給食～ 11月24日は「いいにほんしょく」で和食の日です。だしを味わえるすまし汁を中心とした献立です。			667 28.1			
		食パン チョコレートクリーム ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう スキムミルク	小麦こ ショートニング さとう				
		肉だんごのトマトソースあえ	とり肉 ぶた肉	チョコレートクリーム				
		やさいソテー		パンこ でんぷん さとう 油				
		きのこのクリームシチュー	とり肉 ぎゅうにゅう チーズ	油				
		にんじん 玉ねぎ しめじ						
26	木	～和食の日給食～ 11月24日は「いいにほんしょく」で和食の日です。だしを味わえるすまし汁を中心とした献立です。			814 34.3			
		麦ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	じゃがいも クリーム 油				
		ししゃもフライ	ししゃも					
		かいそうサラダ 青じそドレッシング	わかめ ごんぶ くきわかめ	玉ねぎ トマト にんにく				
		チキンカレー	ふのり 赤さくらそう	きゃべつ こまつな とうもろこし				
ようなし	赤・青すぎのり	にんじん 玉ねぎ しめじ						
27	金	～和食の日給食～ 11月24日は「いいにほんしょく」で和食の日です。だしを味わえるすまし汁を中心とした献立です。			734 25.0		住吉小	
		マーガリンパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう スキムミルク	小麦こ ショートニング さとう				
		ハムチーズピカタ	ハム チーズ たまご	マーガリン				
		マカロニソテー	ベーコン チーズ	油 さとう でんぷん				
		冬やさいのポトフ	とり肉 ウィナー	マカロニ 油				
		玉ねぎ ピーマン マッシュルーム にんにく トマト						
30	月	～日本味めぐり給食の日～ 岐阜県の郷土料理のけいちゃん・大蔵のごっつお、特産物の寒天を取り入れた献立です。			600 23.7			
		ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	米				
		けいちゃん	とり肉 みそ	さとう でんぷん 油				
		かん天サラダ パンパンジードレッシング		玉ねぎ きゃべつ にんにく しょうが				
		おおとしのごっつお	とうふ 油あげ ごんぶ	かん天 こんにやく きゅうり きゃべつ				
りんご	りんご	にんじん						

※ 物資の都合により献立が変更になる場合があります。