



平成28年 6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)	欠食校 (学年欠食は 含みません)		
			あか	みどり	きいろ	小学校 中学校			
			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	水	こくとうパン ギゆうにゆう	スキムミルク ギゆうにゆう		小麦こ ショートニング さとう こくとう	662			
		ハムチーズピカタ	たまご ハム チーズ		油 さとう でんぷん	27. 2			
		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	857			
		チキンビーンズ	だいず とりにく	玉ねぎ にんじん マッシュルーム トマト	じゃがいも 油 さとう	34. 6			
2	木	🦷 むし歯予防かみかみ献立～6月4～10日は歯と口の健康週間です。ひと口30回、よくかんで食べましょう～					616 27. 4		
		だいずのかかごはん ギゆうにゆう	ギゆうにゆう だいず		米 大麦 さとう				
		あじのなんばんづけ	あじ		油 さとう でんぷん				
		やさいとたくあんのあえもの		きゃべつ きゅうり たくあん	ごま				
		わかめスープ	とり肉 とうふ わかめ	玉ねぎ にんじん					
3	金	ミニトマト		ミニトマト		746	31. 8		
		ちゅうかめん ギゆうにゆう	ギゆうにゆう		小麦こ				
		しょうゆラーメンスープ	ぶた肉 なんと	にんじん もやし チンゲンサイ ねぶかねぎ メンマ しょうが にんにく		641 27. 9			
		ぎょうざ	ぶた肉 とり肉 大豆 たまご	きゃべつ なら 玉ねぎ	小麦こ 油 でんぷん ごま油 さとう もち米	800 34. 2			
6	月	やさいのおかかあえ かつおぶし ヨーグルト	かつおぶし ヨーグルト	ほうれん草 きゃべつ にんじん			561 21. 2	自彊小	
		ごはん ギゆうにゆう	ギゆうにゆう		米				
		とうふステーキのみそだれがけ	豆にゆう とり肉 みそ	しょうが	でんぷん さとう 油				
		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	ごま				
7	火	さわにわん	ぶた肉	にんじん えのきたけ たけのこ ごぼう はねぎ		697	25. 1		
		キウイフルーツ		キウイフルーツ					
		ごはん ギゆうにゆう	ギゆうにゆう		米	686 26. 8		中央小 吉田中	
		えだ豆コロッケ	とり肉	えだ豆 玉ねぎ	じゃがいも さとう でんぷん 油 マーガリン ラード パンこ 小麦こ				
ゆかりあえ		だいこん こまつな 赤しそ	ごま さとう	829 31. 1					
おやこに	とりにく たまご こうやどうふ ちくわ	玉ねぎ にんじん たけのこ さやいんげん	油 さとう						
8	水	パイン		パイン			663 26. 8	住吉小	
		米こ入りバーガーパン ギゆうにゆう	スキムミルク ギゆうにゆう		小麦こ ショートニング さとう 米こ				
		ハンバーグ	とりにく ぶたにく	玉ねぎ	パンこ ラード でんぷん さとう				
		アスパラガスのサラダ コールスロートレッシング		アスパラガス とうもろこし きゅうり にんじん	コールスロートレッシング	809			
9	木	きゃべつのクリームスープ	ベーコン ギゆうにゆう	きゃべつ たまねぎ にんじん	じゃがいも クリーム 油	33. 5	615 21. 0		
		うめしらすごはん ギゆうにゆう	しらす ギゆうにゆう	うめ 青じそ	米 大麦 ごま さとう でんぷん				
		具入りあつやきたまご	たまご	にんじん ほうれん草 しいたけ	さとう でんぷん				
		じゃがいものとさに	かつおぶし		じゃがいも さとう あぶら				
10	金	すましじる	とうふ わかめ なんと	にんじん たけのこ えのきたけ はねぎ	でんぷん	761	25. 3	中央小	
		アメリカンチェリー		アメリカンチェリー					
		食パン プルーベリージャム ギゆうにゆう	スキムミルク ギゆうにゆう	ブルーベリー	小麦こ ショートニング さとう	616			
		しろみ魚のレモンソース	ほき	レモンかじゅう	油 でんぷん さとう	25. 7			
13	月	マカロニサラダ マヨネーズ		きゅうり きゃべつ にんじん とうもろこし	マカロニ マヨネーズ	744	30. 4	自彊小	
		やさいスープ	ベーコン	玉ねぎ にんじん チンゲンサイ	じゃがいも				
		ふるさと給食週間～黒はんぺん、じゃがいも、ミニトマトなど静岡県の食材がたくさんです。～							693
		ごはん ギゆうにゆう	ギゆうにゆう		米	25. 9			
14	火	黒はんぺんのいそべあげ	黒はんぺん 青のり		小麦こ でんぷん 油	825 29. 0			
		切り干し大根のはりはりづけ		切り干し大根 にんじん きゅうり	ごま ごま油 さとう				
		肉じゃが	ぶた肉	にんじん 玉ねぎ こんにゃく えだ豆	じゃがいも さとう 油				
		ミニトマト		ミニトマト					
15	水	ふるさと給食週間～かつお、さくらえび、チンゲンサイ、ニューサマーオレンジなど静岡県の食材がたくさんです。～					570		
		ごはん ギゆうにゆう	ギゆうにゆう		米	29. 8			
		しずおか三色丼の具	かつお たまご さくらえび	しょうが	さとう	705 35. 5			
		いそかあえ	のり	ほうれん草 きゃべつ もやし					
15	水	チンゲンサイと肉だんごのスープ	ぶた肉 とり肉	玉ねぎ にんじん チンゲンサイ ねぶかねぎ たけのこ	パンこ 小麦こ でんぷん さとう	652 24. 0			
		ニューサマーオレンジ		ニューサマーオレンジ					
		お茶パン ギゆうにゆう	スキムミルク ギゆうにゆう	お茶	小麦こ ショートニング さとう マーガリン				
		しらすグラタン	しらす 豆にゆう	玉ねぎ	マカロニ パンこ 油 さとう				
15	水	やさいとウインナーのソテー	ウインナー	こまつな もやし にんじん	油	832 29. 4			
		ミネストローネスープ	ベーコン 大豆	きゃべつ 玉ねぎ にんじん セロリー トマト	じゃがいも マカロニ				
		れいとうみかん		みかん					

※ 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28年 6月 学校給食献立表＜A＞ 吉田町

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)	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		
16	木	ふるさと給食週間 ～とり肉, きゅうり, とうふ, 油あげ, 小松菜, マスクメロンなど静岡県の食材がたくさんです。～				647 29. 3	
		麦ごはん わかめしらすふりかけ ぎゅうにゅう	わかめ しらす のり ぎゅうにゅう	うめぼし しそ	米 麦 ごま さとう		
		とり肉のてりやき	とり肉	しょうが にんにく			
		きゅうりと大根のひたひた かつおぶし	かつおぶし	きゅうり 大根	さとう ごま油		
		こまつなのみそしる  よしお	とうふ 油あげ みそ	にんじん 玉ねぎ えのきたけ こまつな			
マスクメロン 		マスクメロン		777 33. 7			
17	金	ふるさと給食週間～さば, とり肉, 油あげ, じゃがいもなど静岡県の食材がたくさんです。～				667 33. 4	
		うどん ぎゅうにゅう  よしお	ぎゅうにゅう		小麦こ		
		きつねうどんつゆ	油あげ とり肉 なるたまき かつおぶし	にんじん ねぶかねぎ こまつな	さとう でんぷん		
		さばのカレーあげ	さば		油 でんぷん とうもろこし		
		こふきいも	青のり		じゃがいも		
20	月	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		米	604 26. 1	
		ビビンバ(肉のいためもの)	ぶた肉	ぜんまい ほししいたけ しょうが にんにく	さとう ごま油		
		やさいのナムル		ほうれんそう もやし にんじん	ごま ごま油		
		にら玉スープ	たまご	にら 玉ねぎ にんじん えのきたけ	でんぷん		
		チーズ	チーズ				
21	火	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ	584 29. 8	
		さけのみりんじょうゆやき	さけ		さとう ごま油		
		ひじきのいために	とり肉 大豆 ひじき	にんじん こんにゃく さやいんげん			
		とんじる 	ぶた肉 とうふ みそ	玉ねぎ 大根 にんじん ごぼう こんにゃく はねぎ	じゃがいも		
		アメリカンチェリー 		アメリカンチェリー			
22	水	ロールパン 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	649 31. 2	
		とり肉とレバーのケチャップあえ	とり肉 とりレバー		小麦こ さとう		
		ほうれん草サラダ		ほうれん草 きゃべつ とうもろこし 	油 さとう		
		そら豆のクリームに	ベーコン ぎゅうにゅう チーズ	にんじん 玉ねぎ そら豆 	じゃがいも クリーム 油		
23	木	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		米	613 24. 2	
		えびしゅうまい	えび すけそうだら	玉ねぎ しょうが	小麦こ さとう ラード		
		チンジャオロースー	ぶた肉 みそ	たけのこ ピーマン にんにく しょうが	ごま油 さとう でんぷん		
		ちゅうかスープ	ベーコン うずらたまご	チンゲンサイ にんじん こまつな メンマ ほししいたけ	でんぷん		
		れいとうみかん		みかん			
24	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		小麦こ ショートニング さとう マーガリン	661 27. 3	
		ツナオムレツ	たまご まぐろ	玉ねぎ	油 でんぷん さとう マヨネーズ		
		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		
		ポークビーンズ	大豆 ぶた肉	玉ねぎ にんじん マッシュルーム トマト	じゃがいも 油 さとう		
27	月	リクエスト献立の日 ～自彊小学校給食委員会みなさんが考えてくれた献立です。～				698 21. 7	
		ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		米		
		カレーシチュー	ぶた肉 チーズ	玉ねぎ にんじん セロリー トマト しょうが にんにく りんご	じゃがいも 油		
		ハムチーズフライ	ソーセージ ぶた肉 とり肉 チーズ	玉ねぎ	さとう でんぷん パンこ 小麦こ ショートニング 油		
		かいそうサラダ 青じそドレッシング	わかめ こんぶ 赤さくらそう ぶのり 赤・青すぎのり	きゃべつ きゅうり	ごま		
28	火	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ	599 21. 6	
		いわしのかばやき	いわし		油 さとう でんぷん		
		コーンときゅうりのすのもの	わかめ	きゅうり とうもろこし	さとう		
		けんちんじる	とうふ 油あげ	にんじん ごぼう 大根 こんにゃく はねぎ	ごま油 でんぷん		
		ニューサマーオレンジ		ニューサマーオレンジ			
29	水	げん米せわりパン 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 げん米	659 25. 7	中央小 住吉小
		フランクフルト	ぶた肉		さとう		
		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		
		ラビオリスープ	ぶた肉	玉ねぎ にんじん チンゲンサイ きゃべつ しめじ	小麦こ パンこ 油		
		ミニトマト		ミニトマト			
30	木	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		米	636 27. 7	住吉小
		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 小麦こ とうもろこし 米こ		
		パンサンスー		きゅうり にんじん ほうれん草	春雨 ごま油 さとう ごま		
		はっぼうさい	ぶた肉 えび うずらたまご いか	玉ねぎ にんじん はくさい たけのこ ほししいたけ しょうが	ごま油 でんぷん		
		メロン		メロン			

※ 物資の都合により献立が変更になる場合があります