



平成29年 12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	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	おもな調味料				
		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					
(金)	中かめん 牛にゅう	牛にゅう		小麦こ		697			
	しおラーメンスープ	ぶた肉 なんと わかめ	にんじん チンゲンサイ 白ねぎ メンマ しょうが にんにく		塩ラーメンスープ 酒 塩 こしょう がらスープ	24.4			
	だいがくいも			さつまいも ごま 油 さとう	しょうゆ す	863 30.1			
	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	塩 こしょう コンソメ				
	チーズ	チーズ							
坂部小学校リクエスト献立 ～牧之原市特産の大根やみかんを取り入れた、野菜がしっかり食べられる献立を考えてくれました。～									
(月)	ごはん 牛にゅう	牛にゅう		米		689			
	かぼちゃひき肉フライ	ぶた肉	かぼちゃ 玉ねぎ	うード バンこ でんぶん 油 小麦こ 水あめ さとう	しょうゆ ウスターソース 香辛料	25.6			
	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	しょうゆ す とうがらし	866 29.9			
	はっぼうさい	ぶた肉 えび いか うずらたまご	にんじん 玉ねぎ 白さい ほししいたけ たけのこ しょうが	ごま油 でんぶん	中華スープ オイスターソース 酒 しょうゆ こしょう 塩				
	みかん		みかん						
ふるさと給食の日 ～吉田町産のしらすと、駿河湾で水揚げされた太刀魚を取り入れました。～									
(火)	ちりめんごはん	ちりめんぼし かつおぶし		米 大麦 ごま さとう	しょうゆ みりん	633			
	牛にゅう	牛にゅう				28.0			
	たちうおのフライ	たちうお		バンこ 小麦こ でんぶん とうもろこし 油	塩 こしょう	786 34.1			
	ひじきのいために	油あげ ひじき とり肉	にんじん こんにゃく さやいんげん	さとう 油	みりん しょうゆ 和風だし				
	すましじる	とうふ なんと	にんじん えのきたけ みつば ほうれん草	でんぶん	しょうゆ 塩 かつおだし こんぶだし				
(水)	ミニトマト		ミニトマト			863 33.6			
	げん米入りせわりロールパン 牛にゅう	スキムミルク 牛にゅう		小麦こ ショートニング さとう げん米	塩				
	フランクフルト	フランクフルト		さとう	トマトケチャップ 赤ワイン 中濃ソース				
	海草サラダ 青じそドレッシング	わかめ くきわかめ 赤とさか 白とさか	キャベツ きゅうり	ごま	青じそドレッシング				
	冬やさいのクリームに	とり肉 牛にゅう チーズ	玉ねぎ にんじん しめじ ブロッコリー カリフラワー	じゃがいも 油 クリーム	ホワイトルウ 塩 こしょう コンソメ がらスープ				
(木)	りんご		りんご			837 29.8			
	ごはん 牛にゅう	牛にゅう		米					
	チキンカレー	とり肉 チーズ	玉ねぎ にんじん セロリー りんご トマト にんにく しょうが	じゃがいも 油	カレーフレーク スープストック 中濃ソース 赤ワイン こしょう カレーこ				
	大豆とにぼしのあげに	大豆 にぼし		でんぶん 油 さとう	しょうゆ				
	大根サラダ		大根 きゅうり こまつな とうもろこし	ごま さとう ごま油	しょうゆ す 塩				
(金)	かき		かき			602 29.5			
	レタスチャーハン 牛にゅう	やきぶた 牛にゅう	レタス にんじん はねぎ しょうが	米 大麦 ごま油	コンソメ 酒 塩 こしょう				
	さけのマヨネーズやき	さけ	玉ねぎ ピーマン とうもろこし	マヨネーズ	こしょう				
	ブロッコリーのしおゆで		ブロッコリー		塩				
	里いものみそしる	とうふ 油あげ みそ	大根 にんじん こまつな 白ねぎ	里いも	さばぶし にぼし				
(月)	キウイフルーツ		キウイフルーツ			747 36.3			
	ごはん 牛にゅう	牛にゅう		米		639			
	さんまのみぞれに	さんま	大根 しょうが	さとう でんぶん	しょうゆ みりん す	24.0			
	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 しょうが	さとう	す 塩	782 28.0			
	大根と里いものそぼろに	ぶた肉 さつまあげ	大根 にんじん こんにゃく えだ豆 しょうが	里いも さとう 油	しょうゆ 酒 みりん 和風だし				
(火)	パイン		パイン			823 26.5			
	～日本味めぐり給食の日(栃木県)～ 栃木県特産の「ぎょうざ」「かんぴょう」「湯葉」「とちおとめ(いちご)」を取り入れた献立です。								
	ごはん 牛にゅう	牛にゅう		米				663	
	あげぎょうざのあまずあんかけ	ぶた肉 大豆こ	キャベツ 玉ねぎ にら しょうが にんにく	うード でんぶん ごま油 小麦こ さとう	しょうゆ 塩 こしょう			22.3	
	かんぴょうのたまごとじ	ちくわ たまご 油あげ	かんぴょう にんじん ごぼう えだ豆	油 さとう	しょうゆ みりん 酒 和風だし			823 26.5	
ゆば入りちゅうかスープ	ぶた肉 ゆば	チンゲンサイ にんじん たけのこ はねぎ ほししいたけ	でんぶん	がらスープ 中華スープ 酒 オイスターソース 塩 こしょう					
(火)	いちごゼリー		いちご クランベリーかじゅう	さとう 油 れんにゅう					

※ 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29年 12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	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	おもな調味料		
		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			
13 (水)	食パン 黒豆きなこクリーム	スキムミルク 黒豆きなこクリーム		小麦こ ショートニング さとう	塩	632 26.4 764 32.7	中央小
	牛にゆう	牛にゆう					
	ハムチーズピカタ	たまご ハム チーズ		でんぶん さとう 油	チキンスープ す		
	にらともやしのサラダ		にら もやし にんじん	ごま さとう	しょうゆ す 和風だし		
	かぶのポトフ	ウインナー とり肉	かぶ にんじん れんこん 玉ねぎ さやいんげん しめじ	じゃがいも	スープストック がらスープ 塩 こしょう 白ワイン		
	ラフランス	ラフランス					
住吉小学校児童作成献立～小松菜、大根、みかんなどの旬の食材を多く取り入れた献立を考えてくれました。～							
14 (木)	ごはん 牛にゆう	牛にゆう		米		703 27.2 847 31.6	
	とり肉のからあげ	とり肉	しょうが	でんぶん 油	しょうゆ 酒 塩		
	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	しょうゆ みりん		
	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 白ねぎ	じゃがいも	にぼし さばぶし		
	みかん		みかん				
15 (金)	ソフトめん 牛にゆう	牛にゆう		小麦こ		675 29.8 826 37.3	
	ナポリタンソース	とり肉 ウインナー チーズ	玉ねぎ にんじん マッシュルーム ピーマン にんにく トマト	さとう 油	トマトケチャップ 中濃ソース 塩 ハヤシレーク スープストック 赤ワイン こしょう		
	いかナゲット	いか たら		小麦こ 油 さとう	塩 みりん		
	キャベツサラダ		キャベツ こまつな とうもろこし	ごま さとう 油	しょうゆ す		
	ヨーグルト	ヨーグルト					
18 (月)	ごはん 牛にゆう	牛にゆう		米		692 24.2 842 28.6	
	あつやきたまご	たまご		さとう でんぶん 油	かつおだし す 塩 しょうゆ		
	れんこんサラダ ごまドレッシング		れんこん ほうれん草 きゅうり にんじん	さとう ごま ごまドレッシング	しょうゆ みりん		
	あつあげのちゅうかに	あつあげ ぶた肉	たけのこ はくさい にんじん しょう が にんにく ほししいたけ	ごま油 さとう でんぶん	酒 中華スープ しょうゆ 塩 こしょう		
	パイン		パイン				
19 (火)	ごはん 牛にゆう	牛にゆう		米		694 25.6 867 31.7	
	かつおフライ	かつお		小麦こ はんこ 油 でんぶん	塩		
	しゅんぎくのごまあえ		ほうれん草 しゅんぎく キャベツ	ごま さとう	しょうゆ みりん		
	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	しょうゆ 酒 和風だし		
	みかん		みかん				
20 (水)	リングパン 牛にゆう	スキムミルク 牛にゆう		小麦こ ショートニング さとう	塩	701 31.3 871 37.8	
	とり肉のハーブやき	とり肉	にんにく オレガノ バジル	オリーブオイル	塩 こしょう 白ワイン		
	カラフルサラダ 玉ねぎドレッシング		キャベツ きゅうり 赤パプリカ とうもろこし こまつな		塩 こしょう 玉ねぎドレッシング		
	ミネストローネスープ	ベーコン 大豆	玉ねぎ にんじん セロリ トマト パセリ にんにく	マカロニ じゃがいも	コンソメ 白ワイン こしょう 塩 トマトケチャップ		
	チョコレートケーキ	牛にゆう たまご	クリスマスこんだて	さとう 小麦こ チョコレート 油 水あめ れんにゆう	塩		
	ホワイトケーキ	たまご		クリーム さとう 小麦こ 油 水あめ			
	いちごプリン	豆にゆう 大豆こ		いちご	さとう 水あめ 油		
～冬至の献立～ 12月22日の冬至にちなんで、かぼちゃやゆずを取り入れた献立です。							
21 (木)	さけなめし 牛にゆう	さけ かつおぶし	ひろしまな きょうな 大根ば	米 大麦 油 ごま さとう	塩	666 25.6 800 29.9	
	さわらと大豆の木の实あえ	さわら 大豆		くるみ アーモンド でんぶん 油 さとう	しょうゆ 酒		
	ゆずあえ	しおこんぶ	こまつな キャベツ		ゆずかつおドレッシング		
	かぼちゃのみそしる	油あげ みそ	かぼちゃ 玉ねぎ えのきたけ はねぎ にんじん		にぼし さばぶし		
22 (金)	ココア食パン 牛にゆう	スキムミルク 牛にゆう		小麦こ ショートニング さとう ココア	塩	603 25.4 751 31.3	
	ハンバーグ	とり肉 ぶた肉 大豆こ	玉ねぎ しょうが	ラード さとう はんこ	塩 香辛料 トマトケチャップ 中濃ソース 赤ワイン		
	こまつなのソテー		キャベツ こまつな とうもろこし	バター	コンソメ 塩 こしょう		
	やさいのスープに	ベーコン	玉ねぎ キャベツ 大根 にんじん チンゲンサイ	じゃがいも	がらスープ スープストック 塩 こしょう		
	りんご		りんご				

※ 物資の都合により献立が変更になる場合があります。