



平成30年 2月 学校給食献立表 牧之原市

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		
		体をつくるものになる食品	体の調子を整えるものになる食品	エネルギーのものになる食品			
(木)	ちゅうかめん 牛にゆう ちゃんぽんめんスープ ねぎみそパオズ ごぼうサラダ ごまドレッシング いよかん	牛にゆう ぶた肉 いか なた ぶた肉 みそ 大豆こ	キャベツ チンゲンサイ にんじん ママ とうもろこし 白ねぎ きくらげ しょうが にんにく 白ねぎ キャベツ 玉ねぎ しょうが にら ごぼう きゅうり にんじん ほうれん草 いよかん	小麦こ でんぷん ごま油 とうもろこしこ ごま油 さとう 小麦こ ごま さとう ごまドレッシング	塩 しょうゆーめんスープ 酒 とんこつーめんスープ 塩 がらスープ オイスターソース こしょう こんぶこ かつおぶし しょうゆ かつおぶし 香辛料 みりん みりん しょうゆ	617 27.8 746 32.2	
節分の献立～2月3日は節分です。節分にちなんで、いわしや大豆を取り入れた献立です。～							
(金)	2 ごはん 牛にゆう いわしのかぼやき やさいとたくあんのあえもの じゃがいものごもくに せつぶん豆	牛にゆう いわし とり肉 さつまあげ おどりとうふ 大豆 あおさ	キャベツ きゅうり しょうが にんじん 玉ねぎ たけのこ こんにやく えだまめ	米 でんぷん さとう 油 ごま さとう 油 じゃがいも もち米 さとう でんぷん	しょうゆ みりん 酒 塩 しょうゆ 酒 和風だし しょうゆ	694 26.4 850 31.2	
(月)	5 ごはん 牛にゆう さわらのさいきょうやき なの花のごまあえ キムチなべ パイン	牛にゆう さわら みそ ぶた肉 とうふ	キャベツ なの花 もやし はくさい にんじん 白ねぎ ぶなしめじ はくさいキムチ にら にんにく しょうが パイン	米 さとう ごま さとう ごま油	みりん 酒 しょうゆ みりん 和風だし がらスープ 塩 しょうゆ	588 27.1 802 40.8	
(火)	6 ロールパン 牛にゆう コーヒー牛にゆうのもと とり肉のマーマレード焼き やさいのレモンじょうゆあえ 大豆のクリーム煮	牛にゆう スキムミルク とり肉 大豆 ベーコン 牛にゆう チーズ	にんにく いよかん なつみかん ゆず きゅうり キャベツ もやし レモンかじゅう	小麦こ ショートニング さとう コーヒー牛にゆうのもと オリーブ油 水あめ さとう さとう	塩 塩 こしょう 白ワイン しょうゆ しょうゆ ホワイトルウ がらスープ 塩 こしょう コンソメ	657 30.5 838 37.6	榛原中
(水)	7 ごはん 牛にゆう えびチリ にらともやしのサラダ 厚揚げの中華煮 ネーブル	牛にゆう えび 大豆こ あつあげ ぶた肉	白ねぎ にんにく しょうが にら もやし にんじん たけのこ はくさい ほししいたけ にんじん しょうが にんにく ネーブル	米 小麦こ でんぷん さとう ごま油 はんこ 水あめ 油 ごま さとう ごま油 さとう でんぷん	トマトケチャップ チリソース 塩 魚醤 す 和風だし しょうゆ 酒 中華スープ 塩 しょうゆ こしょう	645 25.1 784 29.6	川崎小 榛原中
(木)	8 マーガリンパン 牛にゆう 赤魚のフレイクフライ こまつなのソテー やさいのスープに	スキムミルク 牛にゆう 赤魚 大豆こ ベーコン とり肉	玉ねぎ にんじん 玉ねぎ キャベツ 大根 にんじん チンゲンサイ	小麦こ ショートニング さとう マーガリン コーンフレーク はんこ 小麦こ とうもろこしこ 油 でんぷん 油 じゃがいも	塩 塩 コンソメ 塩 こしょう がらスープ スープストック 塩 こしょう	618 26.0 828 32.6	
(金)	9 わかめごはん さばのしおこうじやき チンゲンサイのおかかあえ かつおぶし いりとうふ ぼんかん	わかめ さば かつおぶし とうふ とり肉 たまご なた ぼんかん	チンゲンサイ もやし ほうれん草 にんじん たけのこ はだいこん はねぎ ほししいたけ しょうが ぼんかん	米 大麦 さとう 油 米こうじ さとう 油	塩 塩 しょうゆ しょうゆ 和風だし	699 31.8 848 37.4	
(火)	13 ツイストパン 牛にゆう ハートのメンチカツ ポテトサラダ マヨネーズ ミネストローネスープ チョコプリン	スキムミルク 牛にゆう ぶた肉 大豆こ とり肉 黒はんぺん こんぶ うずらたまご ちくわ あおさ さばぶし いわしぶし	玉ねぎ きゅうり にんじん とうもろこし 玉ねぎ にんじん セロリー トマト パセリ にんにく	小麦こ ショートニング さとう さとう 小麦こ でんぷん はんこ とうもろこしこ 油 じゃがいも マヨネーズ マカロニ さとう 水あめ 油 コアパウダー	塩 塩 こしょう ナツメグ す 塩 こしょう トマトケチャップ コンソメ 塩 こしょう 白ワイン	706 25.6 896 32.0	
(水)	14 ごはん 牛にゆう ほっけのみりんじょうゆやき ゆかりあえ しずおかおでん おでんこ はるみみかん	牛にゆう ほっけ とり肉 黒はんぺん こんぶ うずらたまご ちくわ あおさ さばぶし いわしぶし	キャベツ こまつな 赤しそ こんにやく 大根 はるみ	米 さとう ごま さとう じゃがいも	塩 しょうゆ みりん 塩 しょうゆ みりん 酒 塩 かつおぶし	636 32.3 769 37.9	

※ 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30年 2月 学校給食献立表 牧之原市

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			
(木)	ソフトめん 牛にゆう ミートソース パンプキンオムレツ ブロッコリーサラダ 玉ねぎドレッシング バナナ	牛にゆう ぶた肉 チーズ たまご とり肉 ブロッコリー キャベツ どうもろこし バナナ	玉ねぎ にんじん セロリー にんにく マッシュルーム トマト かぼちゃ ブロッコリー キャベツ どうもろこし バナナ	小麦こ さとう 油 でんぶん 油 さとう 小麦こ どうもろこし 油 ピーナツ さとう 里いも	塩 ベジタブルソース ハヤシブレード デミグラスソース こしょう 塩 トマトケチャップ 中濃ソース かつおだし す しょうゆ 塩 みりん 玉ねぎドレッシング	662 28.9 802 34.7	
(金)	16 どんどうけめし 牛にゆう とびうおフライ こまつなのピーナツあえ 大根のみそしる	とうふ 油あげ 牛にゆう とびうお 大豆こ みそ	ごぼう はねぎ にんじん こまつな もやし にんじん 大根 にんじん はだいこん 白ねぎ	米 油 さとう パンこ 小麦こ どうもろこし 油 ピーナツ さとう 里いも	しょうゆ 酒 みりん 塩 こしょう しょうゆ みりん にぼし さばぶし	599 24.6 744 29.2	
(月)	19 ごはん 牛にゆう ポークカレー 大豆とにぼしのあげに キャベツサラダ きんかん	牛にゆう ぶた肉 チーズ 大豆 にぼし キャベツ きんかん	玉ねぎ にんじん セロリー りんご しょうが にんにく キャベツ こまつな どうもろこし きんかん	米 じゃがいも 油 でんぶん 油 さとう ごま さとう 油	カレーブレード スープストック 中濃ソース 赤ワイン こしょう カレーこ しょうゆ す しょうゆ	707 25.6 862 30.3	
(火)	20 バーガーパン スライスチーズ 牛にゆう ハンバーグ ゆでやさい 冬やさいのポトフ	牛にゆう スキムミルク チーズ とり肉 ぶた肉 大豆こ ウインナー とり肉	玉ねぎ しょうが キャベツ きゅうり こまつな 大根 にんじん れんこん 玉ねぎ さやいんげん ぶなしめじ	小麦こ シートニング さとう ラード 油 さとう パンこ 里いも	塩 塩 香辛料 トマトケチャップ 中濃ソース 赤ワイン 塩 こしょう スープストック がらスープ 塩 こしょう 白ワイン	658 32.2 869 41.1	
(水)	21 しらすごはん 牛にゆう かつおコロッケ 大豆のいそに さわにわん りんご	しらす 牛にゆう かつお 大豆 ひじき とり肉 油あげ ぶた肉 りんご	玉ねぎ にんじん こんにやく さやいんげん にんじん ごぼう たけのこ はねぎ えのきたけ りんご	米 じゃがいも さとう パンこ 油 小麦こ 米こ どうもろこし さとう 油 ごま油 でんぶん	しょうゆ 酒 塩 しょうゆ 塩 こしょう みりん しょうゆ 和風だし かつおだし こんぶだし 塩 しょうゆ こしょう	648 23.9 790 27.7	坂部小
(木)	22 黒とうパン 牛にゆう フィッシュナゲット 海藻サラダ 青じそドレッシング ラビオリのトマトソースに	スキムミルク 牛にゆう あじ 作りタイ キントキダイ グチ ヨチ 大豆こ わかめ くわかめ 赤とさか 白とさか ぶた肉 大豆	玉ねぎ キャベツ きゅうり 玉ねぎ にんじん マッシュルーム トマト さやいんげん	小麦こ シートニング さとう 黒とう 小麦こ でんぶん さとう 油 ごま 小麦こ 油 パンこ さとう	塩 しょうゆ 香辛料 塩 かつおエキス 青じそドレッシング 塩 香辛料 トマトケチャップ スープストック 中濃ソース 赤ワイン こしょう	662 29.3 886 37.7	
(金)	23 ごはん 牛にゆう ししやもフライ やさいのナムル マーボーどうふ ミニトマト	牛にゆう ししやも とうふ ぶた肉 みそ ミニトマト	玉ねぎ たけのこ にんじん 白ねぎ ほししいたけ しょうが にんにく ミニトマト	米 パンこ 小麦こ でんぶん 油 ごま油 ごま でんぶん ごま油 さとう	塩 こしょう しょうゆ トウバンジャン オイスターソース しょうゆ 酒	666 28.2 843 35.1	川崎小 勝間田小
(月)	26 ごはん さけふりかけ 牛にゆう しらす入りしゅうまい きゅうりと大根のひたひた かつおぶし レタスと肉だんごのスープ ぼんかん	さけ 牛にゆう たら しらす 大豆こ かつおぶし とり肉 ぶた肉 ぼんかん	玉ねぎ しょうが きゅうり 大根 玉ねぎ レタス にんじん はねぎ チンゲンサイ ぶなしめじ ぼんかん	米 ごま さとう 油 ラド さとう 小麦こ さとう ごま油 パンこ 小麦こ でんぶん さとう	塩 こんぶだし す 魚介エキス しょうゆ 塩 オイスターソース こしょう しょうゆ す とうがらし がらスープ 中華スープ しょうゆ 酒 塩 こしょう	594 20.8 742 24.6	
(火)	27 食パン メイプルジャム 牛にゆう とり肉とレパアのアーモンドあえ ほうれん草サラダ コーンポタージュ いちご	スキムミルク 牛にゆう とりレパア とり肉 大豆 ほうれん草 牛にゆう いちご	玉ねぎ レモンかじゅう ほうれん草 キャベツ もやし とうもろこし にんじん 玉ねぎ ハセ	小麦こ シートニング さとう メイプルジャム さとう 小麦こ でんぶん 油 アーモンド さとう 油 バター クリーム	塩 しょうゆ こしょう カレーこ トマトケチャップ 中濃ソース 塩 しょうゆ す ホウトク 塩 こしょう スープストック	659 28.2 803 33.7	勝間田小
(水)	28 ごはん 牛にゆう さんまのおろしに しおこんぶのそくせきづけ とんじる はるみみかん	牛にゆう さんま 塩こんぶ ぶた肉 とうふ みそ はるみ	大根 キャベツ きゅうり こまつな にんじん 大根 にんじん ごぼう 白ねぎ はるみ	米 さとう でんぶん ごま 里いも	しょうゆ 塩 塩 にぼし さばぶし	610 23.7 741 27.6	勝間田小

※ 物資の都合により献立が変更になる場合があります。