



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) 小学校 中学校	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	おもな調味料		
1 (金)	レーズンパン 牛乳	牛乳	ほしぶどう	パン さとう		635	
	メンチカツ	とりにく ぶたにく だいずこ	キャベツ たまねぎ	あぶら さとう でんぶん パンこ	しょうゆ 塩	21.2	
	ポテトサラダ マヨネーズ		きゅうり にんじん とうもろこし	じゃがいも マヨネーズ	塩 こしょう す		
	チンゲンサイとたまごのスープ	たまご	たまねぎ にんじん チンゲンサイ えのきたけ	でんぶん	ちゅうかスープ 塩 こしょう しょうゆ	846 27.4	
4 (月)	ごはん 牛乳	牛乳		こめ		648	自彊小
	チキンナゲット	とりにく		パンこ こむぎこ コンスターチ あぶら ラード	しょうゆ 塩 かつおだし こしょう しょうゆ	27.0	
	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	しょうゆ す 塩		
	はっぼうさい	ぶたにく えび いか うずらたまご	にんじん たまねぎ キャベツ チンゲンサイ たけのこ しょうが しいたけ	ごまあぶら でんぶん	ちゅうかスープ 塩 酒 しょうゆ オイスターソース こしょう	821 32.6	
歯と口の健康週間献立(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～							
5 (火)	ごはん 牛乳	牛乳		こめ		620	
	たちうおフライ	たちうお		パンこ こむぎこ でんぶん あぶら	塩 こしょう	23.7	
	やさいのおかかあえ	かつおぶし	こまつな キャベツ もやし		しょうゆ		
	くきわかめいりきんぴら	くきわかめ ぶたにく ちくわ あぶらあげ	ごぼう にんじん こんにやく さやいんげん しょうが	ごまあぶら さとう	酒 しょうゆ わふうだし みりん	761 28.0	
	オレンジ		オレンジ				
6 (水)	マーガリンパン 牛乳	牛乳		パン さとう マーガリン		625	
	ハンバーグ	とりにく ぶたにく	たまねぎ	じゃがいも ラード さとう あぶら	ケチャップ ソース ワイン 塩	24.2	
	かふうサラダ		ほうれんそう にんじん もやし とうもろこし	ごま さとう ごまあぶら	す しょうゆ 塩	854	
	やさいのスープに	ベーコン	たまねぎ キャベツ だいこん にんじん さやいんげん	じゃがいも	がらスープ 塩 こしょう スープストック	31.1	
7 (木)	うめごはん 牛乳	牛乳	うめぼし えだまめ	こめ おおむぎ		614	
	にくしゅうまい	ぶたにく とりにく	たまねぎ しょうが	ラード でんぶん パンこ こむぎこ さとう	みりん しょうゆ 塩	21.0	
	ごぼうサラダ ごまドレッシング		ごぼう にんじん きゅうり ほうれんそう	さとう ごま	しょうゆ みりん ドレッシング		
	ちゅうかスープ	ぶたにく とうふ	チンゲンサイ もやし にんじん メンマ しいたけ	でんぶん	ちゅうかスープ 塩 こしょう オイスターソース がらスープ 酒	773 24.8	
8 (金)	ナン 牛乳	牛乳		ナン		694	
	じゃがいもとだいずのこうみあげ	だいず	パセリ	じゃがいも あぶら でんぶん	塩 こしょう	25.8	
	コーンサラダ ヨールスロートレッシング		キャベツ とうもろこし きゅうり		塩 こしょう ドレッシング		
	キーマカレー	ぶたにく	たまねぎ にんじん マッシュルーム セロリ にんにく しょうが	あぶら	カレー ソース カールウ スープストック こしょう チョウネ	901 32.4	
ヨーグルト	ヨーグルト	もも	さとう				
ふるさと給食週間 ～しらす、チンゲンサイ、豆腐、にんじん、たまごなど静岡県の食材がたくさんです。～							
11 (月)	ごはん 牛乳	牛乳		こめ		677	自彊小
	しらすコロッケ	しらす あおさ	たまねぎ	じゃがいも さとう あぶら パンこ こむぎこ でんぶん	塩 しょうゆ	27.3	
	チンゲンサイとベーコンのソテー	ベーコン	チンゲンサイ こまつな にんじん		コンソメ 塩 こしょう	821	
	いりとうふ	とうふ とりにく たまご なると	にんじん たけのこ はねぎ しいたけ しょうが	さとう あぶら	しょうゆ わふうだし	31.8	
ふるさと給食週間 ～さば、キャベツ、もやし、にんじん、アローマロンなど静岡県の食材がたくさんです。～							
12 (火)	ごはん 牛乳	牛乳		こめ		621	
	さばのカレーじょうゆやき	さば	しょうが		しょうゆ 酒 カレーこ	29.4	
	アーモンドあえ		キャベツ もやし にんじん ほうれんそう	アーモンド さとう	しょうゆ みりん		
	ぶたじる	ぶたにく とうふ みそ	しめじ にんじん ごぼう こんにやく はねぎ	じゃがいも	にぼしだし さばだし	753 34.7	
アローマロン		メロン					
ふるさと給食週間 ～いちご、鶏肉、キャベツ、きゅうり、こまつな、しめじなど静岡県の食材がたくさんです。～							
13 (水)	しよくパン 牛乳 いちごジャム	牛乳	いちご	パン さとう		696	
	とりにくとレバーのマリネ	とりにく とりレバー だいず	レモン たまねぎ	でんぶん あぶら さとう	しょうゆ す カレーこ	27.4	
	マカロニサラダ マヨネーズ		きゅうり にんじん キャベツ	マカロニ マヨネーズ	す 塩 こしょう	846	
	こまつなとくだんごのスープ	とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん こまつな しめじ	パンこ こむぎこ でんぶん さとう	がらスープ 塩 こしょう ちゅうかスープ 酒 しょうゆ	32.6	
ふるさと給食週間 ～鶏肉、たまご、きゅうり、じゃがいも、にんじん、ミニトマトなど静岡県の食材がたくさんです。～							
14 (木)	ごはん 牛乳	牛乳		こめ		635	
	とりそぼろいりあつやきたまご	たまご とりにく	しょうが	さとう あぶら でんぶん	す みりん かつおだし しょうゆ 塩 酒	22.6	
	きゅうりとだいこんのひたひた かつおぶし	かつおぶし	きゅうり だいこん	さとう ごまあぶら	しょうゆ す とうがらし	768	
	にくじゃが	ぶたにく	にんじん たまねぎ こんにやく えだまめ	じゃがいも さとう あぶら	しょうゆ 酒 わふうだし	26.2	
ミニトマト		ミニトマト					
ふるさと給食週間 ～こまつな、桜えび、切干大根、にんじん、はねぎ、きゅうり、もやしなど静岡県の食材がたくさんです。～							
15 (金)	うどん 牛乳	牛乳		うどん		642	
	ごもくうどんつゆ	あぶらあげ とりにく なると	にんじん しろねぎ こまつな	でんぶん	しょうゆ みりん 塩 かつおだし わふうだし	26.4	
	さくらえびのかきあげ	さくらえび	ごぼう たまねぎ にんじん はねぎ	こむぎこ でんぶん あぶら	塩	775	
	きりぼしだいこんのあまずあえ	きりぼしだいこん	きゅうり もやし	さとう ごま ごまあぶら	しょうゆ す	31.1	
まっちゃわらびもち	かんてん あおだいず	まっちゃ	でんぶん さとう わらびこ				

※ 物資の都合により、献立が変更になる場合があります。
 ※ 加工食品については十分な表記ができない場合があります。詳細が必要な場合は、学校を通して共同調理場にお問い合わせください。



平成30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	献立名	使われている食品と主なはたらき				エネルギー (Kcal)	小学校 中学校	欠食校 (学年欠食は 含みません)
		あか 体をつくるものになる食品	みどり 体の調子を整えるものになる食品	きいろ エネルギーのもとになる食品	おもな調味料			
18 (月)	ごはん 牛乳	牛乳		こめ		643		
	キャベツいりつくね	とりにく	たまねぎ キャベツ	パンこ でんぶん さとう	塩 こしょう	24.6		
	ゆかりあえ		だいこん こまつな しそ	ごま	塩		779	
	とうがんのそぼろに バナナ	ぶたにく あつあげ	とうがん にんじん えだまめ こんにゃく しょうが バナナ	さとう でんぶん あぶら	しょうゆ みりん 酒 がらスープ スープストック		28.9	
中央小学校児童作成献立 ~しらす、大根、ニューサマーオレンジなどの地場産物を多く取り入れた献立を考えてくれました。~								
19 (火)	しらすごはん 牛乳	しらす 牛乳		こめ	しょうゆ 酒 塩	628		
	とりにくのハーブやき	とりにく	にんにく	オリーブオイル	レタ/パプリカ/塩 こしょう	28.1		
	かいそうサラダ あおじそドレッシング	かいそう	キャベツ きゅうり	ごま	ドレッシング			
	だいこんのみそしる ニューサマーオレンジ	あぶらあげ みそ	だいこん にんじん こまつな しろねぎ ニューサマーオレンジ	じゃがいも	さばだし にぼしだし	755 32.8		
20 (水)	メープルパン 牛乳	牛乳		パン メイプルシュガー マーガリン さとう		667		
	ウインナーたまごまき	たまご ソーセージ		でんぶん あぶら さとう	みりん しょうゆ 塩 かつおエキス	25.5		
	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 あぶら	しょうゆ す		851	
	そらまめのクリームに	ベーコン きゅうりにゅう チーズ	たまねぎ そらまめ にんじん	じゃがいも あぶら	がらスープ 塩 こしょう スープストック ホワイトルウ		30.8	
21 (木)	ごはん 牛乳	牛乳		こめ		625		
	にらまんじゅう	ぶたにく	キャベツ にら しろねぎ にんにく しょうが	ラード あぶら	しょうゆ 塩 こしょう	23.1		
	やさいのナムル		ほうれんそう もやし にんじん	ごま ごまあぶら	しょうゆ			
	マーボーはるさめ パイン	ぶたにく	たまねぎ にんじん キャベツ はねぎ チンゲンサイ しいたけ しょうが たけのこ パイン	はるさめ さとう ごまあぶら でんぶん	酒 しょうゆ オイスターソース ちゅうかスープ 塩 トウバンジャン	757 26.6		
22 (金)	こくとうパン 牛乳	牛乳		パン くるざとう		606		
	いかドーナツフライ	いか たまご すけそうだら あおさ	たまねぎ	でんぶん あぶら さとう こむぎこ パンこ	塩	23.4		
	ゆでとうもろこし		とうもろこし					
	ミネストローネスープ チーズ(ちゅうがっこうのみ)	ベーコン だいず チーズ	たまねぎ にんじん セロリー トマト にんにく パセリ	じゃがいも マカロニ	ケチャップ コンソメ 塩 ワイン こしょう	824 31.1		
日本味めぐり給食の日(福井県) ~「ソースカツ」と「打豆汁」は福井県の郷土料理です~								
25 (月)	ごはん 牛乳	牛乳		こめ		610		
	ソースカツ	ぶたにく		コンスタチ こむぎこ でんぶん あぶら さとう パンこ	ソース ケチャップ ワイン しょうゆ 塩 こしょう	24.8		
	しおこんぶのそくせきづけ	こんぶ	キャベツ きゅうり こまつな にんじん	ごま	塩		771	
	うちまめじる ニューサマーオレンジ	だいず あぶらあげ みそ	だいこん にんじん しめじ ごぼう はねぎ ニューサマーオレンジ	じゃがいも	にぼしだし さばだし	30.7		
26 (火)	ごはん 牛乳	牛乳		こめ		632		
	ミートオムレツ	たまご とりにく	たまねぎ トマト にんじん	さとう でんぶん ラード	ケチャップ 塩 りんごす	21.8		
	ほうれんそうサラダ		ほうれんそう キャベツ とうもろこし	あぶら さとう	しょうゆ す		785	
	ポークカレー	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん セロリー りんご しょうが にんにく	じゃがいも あぶら	ソース カレールウ スープストック ワイン カレこ こしょう	26.4		
27 (水)	げんまいパン 牛乳	牛乳		パン げんまい		625	住吉小	
	しろみぎかなフライ タルタルソース	ほき たまご	ピクルス	パンこ こむぎこ でんぶん あぶら さとう	塩 す	24.2		
	ゆでやさしい		キャベツ きゅうり こまつな		塩 こしょう			826
	パンプキンポタージュ	牛乳	かぼちゃ にんじん たまねぎ パセリ	バター クリーム	塩 こしょう スープストック ホワイトルウ	31.6		
28 (木)	ごはん 牛乳	牛乳		こめ		620		
	あじのなんばんづけ	あじ	しろねぎ	ごまあぶら さとう でんぶん あぶら	しょうゆ す とうがらし	28.2		
	ひじきのいために	さつまあげ ひじき とりにく	にんじん さやんげん こんにゃく	さとう あぶら	しょうゆ みりん わふうだし		756	
	すましじる アメリカンチェリー	とうふ なたと	にんじん えのきたけ みつば ほうれんそう アメリカンチェリー	でんぶん	しょうゆ 塩 かつおだし こんぶだし	33.2		
29 (金)	ツイストパン 牛乳	牛乳		パン		637		
	えびグラタン	えび チーズ 牛乳	たまねぎ	じゃがいも でんぶん あぶら さとう マカロニ こむぎこ バター さとう	塩 ぎょかいエキス	26.8		
	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	しょうゆ す わふうだし		799	
	チリコンカーン ジュースフルーツ	だいず ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん マッシュルーム にんにく トマト パセリ	あぶら	レタ/こしょう ワイン 塩 チリコンカーン ソース ケチャップ	32.8		

☆☆☆ 「吉田榛原学校給食共同調理場」のホームページに、給食レシピが載っていますのでご利用ください。☆☆☆