



平成30年 7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				
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ		641 27.6		
	きすフライ	きす		あぶら こむぎこ パンこ でんぶ	塩 こしょう			
	きゅうりのなんばんづけ		きゅうり	ごまあぶら さとう ラーゆ	しょうゆ す 塩 とがらし			
	ぶたにくとこんにゃくのしょうがに	ぶたにく さつまあげ	たまねぎ にんじん しょうが こんにゃく たけのこ さやいんげん	あぶら さとう	酒 みりん しょうゆ わふうだし			
	すいか		すいか					
(火)	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ		632 22.5		
	とうふステーキそぼろあんかけ	とうにゅう とりにく	しょうが	あぶら さとう でんぶ	しょうゆ			
	ポテトサラダ マヨネーズ		きゅうり キャベツ 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			
	とんじる	ぶたにく みそ	とうがん たまねぎ えのきたけ はねぎ にんじん ごぼう こんにゃく		にぼしだし さばだし			
	アメリカンチェリー		アメリカンチェリー					
(水)	ツイストパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		パン		656 28.0		
	とりにくとレバーのチリソースあえ	とりにく とりレバー だいず	たまねぎ しょうが にんにく	あぶら でんぶ さとう	スープストック チリソース ケチャップ 塩			
	カラフルサラダ たまねぎドレッシング		キャベツ アスパラガス きゅうり パプリカ		塩 こしょう ドレッシング			
	とうにゅういりポタージュ	とうにゅう ぎゅうにゅう	とうもろこし にんじん たまねぎ パセリ	あぶら クリーム	ベシヤメルソース コンソメ 塩 こしょう がらスープ			
	～七夕の献立～ 天の川にみたてた「お魚めん」と、お星さまにみたてた「おくら」を使った七夕汁を取り入れました。							
(木)	ツナライス ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ツナ	えだまめ	こめ あぶら さとう	酒 塩 しょうゆ	619 20.4		
	ほしがたコロッケ	ぶたにく	たまねぎ	じゃがいも あぶら パンこ さとう こむぎこ でんぶ	塩 しょうゆ ワイン こしょう			
	スパゲティサラダ コールスロートレッシング		キャベツ きゅうり こまつな とうもろこし にんじん	スパゲッティ	塩 こしょう ドレッシング			
	たなばたじる	とうふ なたと たら(さかなめん)	にんじん たまねぎ オクラ えのきたけ はねぎ	でんぶ みずあめ さとう	しょうゆ 塩 こんぶだし かつおだし			
	たなばたデザート	かんてん とうにゅう	なつみかん メロン	さとう みずあめ				
(金)	ソフトめん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		ソフトめん		641 27.2		
	ミートソース	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん セロリー マッシュルーム にんにく	あぶら さとう	ベシヤメルソース こしょう しお デミグラスソース ハヤシルウ ケチャップ トマトビュレ ソース スープストック			
	トルティーヤ	たまご チーズ ベーコン ぎゅうにゅう	たまねぎ	じゃがいも さとう でんぶ あぶら	す 塩			
	かいそうサラダ ハンパングードレッシング	かいそう	キャベツ きゅうり	ごま	ドレッシング			
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ		629 24.1		
	しょうろんぼう	ぶたにく	キャベツ たまねぎ たけのこ しいたけ しょうが	はるさめ でんぶ さとう ごまあぶら こむぎこ	しょうゆ オイスターソース 塩			
	かふうサラダ		ほうれんそう にんじん とうもろこし もやし	ごま さとう ごまあぶら	しょうゆ す 塩			
	マーボーどうふ	とうふ ぶたにく みそ	たまねぎ たけのこ にんじん しろねぎ しいたけ しょうが にんにく	ごまあぶら さとう でんぶ	トウバンジャン しょうゆ 酒 オイスターソース ちゅうかスープ			
(火)	～住吉小学校リクエスト給食～ 暑くても食べやすい献立を考えてくれました。お茶や黒はんぺんなど静岡県の食材もたくさん使っています。						636 23.8	
	わかめごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう わかめ		こめ おおむぎ	塩			
	くろはんぺんのおちやチーズフライ	くろはんぺん チーズ	ちや	あぶら パンこ こむぎこ でんぶ				
	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 とがらし			
	はるさめスープ	とりにく たまご	にんじん チンゲンサイ えのきたけ たまねぎ	はるさめ でんぶ	塩 こしょう しょうゆ ちゅうかスープ がらスープ			
(水)	れいとうみかん		みかん			773 27.8		
	キャロットパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	にんじん	パン さとう マーガリン				
	パンピングラタン	とうにゅう	かぼちゃ たまねぎ	ショートニング さとう あぶら こめ	塩			
	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			
	ポークビーンズ	だいず ぶたにく	たまねぎ にんじん マッシュルーム	じゃがいも さとう あぶら	ケチャップ トマトビュレ 塩 ワイン こしょう スープストック			
(木)	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ		630 29.7		
	あじのこうじづけ	あじ			塩 こうじ			
	こまつなのアーモンドあえ		こまつな キャベツ もやし にんじん	アーモンド さとう	しょうゆ みりん			
	とうがんのうまに	ぶたにく あつあげ ベーコン	とうがん にんじん ぶなしめじ こんにゃく ねぶかねぎ	あぶら さとう でんぶ	しょうゆ みりん 酒 コンソメ			
	メロン		メロン					
(金)	しょくパン ブルーベリージャム ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ブルーベリー	パン さとう		661 28.5		
	ぶたにくとコーンのあげに	ぶたにく	とうもろこし しょうが	でんぶ あぶら さとう	しょうゆ 酒			
	いそポテト	あおのり		じゃがいも	塩 こしょう			
	チンゲンサイのクリームスープ	ベーコン ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん チンゲンサイ	クリーム あぶら	ベシヤメルソース スープストック			
		チーズ	ぶなしめじ		こしょう がらスープ 塩			
(火)	～日本味めぐり給食の日の献立～滋賀県の地場産物である「もろこ」という小魚や「赤こんにゃく」を取り入れています。						638 24.3	
	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ				
	もろこのなんばんづけ	もろこ	たまねぎ	でんぶ あぶら さとう	塩 しょうゆ す とがらし			
	ごもくにまめ	だいず とりにく ちくわ こんぶ	にんじん ごぼう しいたけ あかこんにゃく	さとう	しょうゆ みりん			
	かんぴょうのみそしる	とうふ あぶらあげ みそ	かんぴょう たまねぎ にんじん えのきたけ はねぎ		にぼしだし さばだし			
	れいとうみかん		みかん			777 28.8		



平成30年 7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	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					
(水)	アップルパン ギゆうにゅう	ギゆうにゅう	りんご	パン さとう					
	タンドリーチキン	とりにく ヨーグルト	にんにく しょうが		塩 こしょう カレーこ しょうゆ パプリカ	616	29.8		
	マカロニサラダ マヨネーズ		きゅうり キャベツ にんじん とうもろこし	マカロニ マヨネーズ	しお す こしょう				
	トマトスープ	ベーコン たまご	たまねぎ チンゲンサイ トマト	でんぶん	スープストック しょうゆ 酒 塩 こしょう がらスープ	825	38.4		
～ふるさと給食の日の献立(土用の丑の献立)～ 吉田町でつくられたうなぎを取り入れています。									
(木)	うなぎちらしずし ギゆうにゅう	ギゆうにゅう うなぎ こおり豆腐	たけのこ にんじん かんぴょう しいたけ	こめ さとう	しょうゆ みりん す 酒 塩 わふうだし	644	25.7		
	ちくわのおちゃあげ	ちくわ	ちゃ	こむぎこ でんぶん あぶら					
	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	しょうゆ みりん ドレッシング				
	すましじる	とうふ なたと わかめ	にんじん えのきたけ みつば	でんぶん	かつおだし こんぶだし しょうゆ 塩	824	33.5		
(金)	ちゅうかめん ギゆうにゅう	ギゆうにゅう		ちゅうかめん				住吉小	
	しおラーメンスープ	ぶたにく わかめ なたと	にんじん もやし チンゲンサイ しょうが にんにく しろねぎ メンマ		塩ラーメンスープ 塩 こしょう がらスープ 酒	641	31.1		
	にたまご	たまご		さとう	しょうゆ 塩 かつおエキ す こんぶエキ				
	えだまめのしおゆで はくとうゼリー		えだまめ もも	さとう	塩	768	36.1		
(月)	ごはん ギゆうにゅう	ギゆうにゅう		こめ				吉田中	
	いわしのうめに	いわし	うめぼし	さとう	しょうゆ 塩	636	26.7		
	じゃがいものどさに	かつおぶし	えだまめ	じゃがいも あぶら さとう	しょうゆ わふうだし				
	かきたまじる	とうふ たまご	たまねぎ にんじん ほうれんそう しいたけ	でんぶん	しょうゆ 塩 かつおだし こんぶだし	782	31.6		
(火)	むぎごはん ギゆうにゅう	ギゆうにゅう		こめ おおむぎ				吉田中	
	なつやさいカレー	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん かぼちゃ なす トマト ビーマン セロリー しょうが にんにく りんご	あぶら	ソース カレールウ 塩 こしょう カレーこ チャツネ スープストック ワイン	693	21.5		
	ししゃもフリッター	ししゃも おきあみ あおさ		こむぎこ でんぶん さとう こめこ あぶら	塩	885	26.7		
	ゆでとうもろこし		とうもろこし						
(水)	げんまいパン ギゆうにゅう	ギゆうにゅう		パン げんまい				吉田中	
	スティックハンバーグ	ぶたにく とりにく	たまねぎ	パンこ さとう みずあめ	しお こしょう ケチャップ ソース ワイン	660	29.9		
	やさしいっぱいやきそば	ぶたにく	にんじん たまねぎ キャベツ もやし こまつな	ちゅうかめん あぶら	こしょう やきそばソース				
	チンゲンサイとたまごのスープ	たまご ベーコン	チンゲンサイ とうもろこし にんじん えのきたけ	でんぶん	がらスープ こしょう スープストック 塩	852	37.1		
(木)	れいとうおうとう		おうとう	さとう					
	ごはん ギゆうにゅう	ギゆうにゅう		こめ				吉田中	
	のりふりかけ	のり かつおぶし	まっちゃん	さとう	塩	676	30.2		
	ツナいりたまごやき	たまご ツナ チーズ ギゆうにゅう	たまねぎ ほうれんそう		塩 こしょう				
(金)	かぼちゃのそぼろに	とりにく	かぼちゃ えだまめ しょうが	あぶら さとう でんぶん	しょうゆ 酒 わふうだし	821	35.7		
	こまつなのみそしる	とうふ あぶらげ みそ	こまつな たまねぎ えのきたけ		にぼしだし さばだし				
	なめし ギゆうにゅう	ギゆうにゅう かつおぶし	ひろしまな きょうな だいこんば	こめ おおむぎ あぶら	塩	615	21.3	吉田中	
	しらすとえだまめのかきあげ	しらす	えだまめ ごぼう たまねぎ にんじん	こむぎこ でんぶん あぶら	塩				
(火)	なすとピーマンのみそいため	ぶたにく みそ	なす ビーマン しょうが にんじん	ごまあぶら さとう でんぶん	しょうゆ みりん				
	やさいとにくだんごのスープ	とりにく ぶたにく	にんじん たまねぎ チンゲンサイ こまつな はねぎ えのきたけ	パンこ こむぎこ でんぶん さとう	塩 こしょう がらスープ 酒 ちゅうかスープ しょうゆ	709	24.3		
	ミニトマト		ミニトマト						
	うめごはん ギゆうにゅう	ギゆうにゅう	うめぼし	こめ おおむぎ あぶら				吉田中	
(月)	さけのマヨネーズやき	さけ チーズ	とうもろこし たまねぎ マッシュルーム パセリ	マヨネーズ(たまごなし)	こしょう	646	31.7		
	ゴーヤーチャンプルー	とうふ ウインナー たまご かつおぶし	もやし にがうり	ごまあぶら	しょうゆ 塩 わふうだし	768	38.8		
	さわにわん	ぶたにく	にんじん たけのこ ごぼう えのきたけ はねぎ		しょうゆ 酒 塩 かつおだし こんぶだし こしょう				
	ごはん ギゆうにゅう	ギゆうにゅう		こめ				住吉小	
(火)	ドライカレー	ぶたにく	たまねぎ にんじん ビーマン レーズン しょうが にんにく	こむぎこ あぶら	オールスパイス ケチャップ カレーこ 塩 ソース ワイン	655	23.4	吉田中	
	ポテトとコーンのソテー		とうもろこし パセリ	じゃがいも あぶら	塩 こしょう				
	ビーフンスープ	ベーコン	チンゲンサイ にんじん もやし しいたけ	ビーフン	ちゅうかスープ がらスープ しょうゆ 塩 こしょう 酒	798	27.3		

※ 物資の都合により献立が変更になる場合があります。

食物アレルギー関連の留意点

小魚(しらす)や海藻類(海藻、青のり)には、エビなどが混入する場合があります。

* 給食の料理のレシピが給食共同調理場の
ホームページに載っていますのでご利用く
ださい。

