



平成31年 4月 学校給食献立表＜A＞ 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)	欠食校 (学年欠食 は含みませ ん)	
		きいろ	あか	みどり	おもな調味料	小学校 中学校		
		エネルギーのもとになる食品	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				
9 (火)	しょくパン いちごジャム ギゆうにゆう	パン さとう	ギゆうにゆう	いちご				
	とりにくのはちみつソースかけ	はちみつ ごま でんぶん	とりにく	にんにく	しお こしょう ワイン みりん しょうゆ くろず	670 29.5		
	ベーコンとなのはなのスパゲッティ	スパゲッティ オリーブあぶら	ベーコン	たまねぎ にんじん エリンギ しめじ にんにく なのはな	コンソメ しお こしょう			
	キャベツのクリームスープ	おおもぎ あぶら	とりにく ギゆうにゆう	キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし パセリ	しお こしょう がらスープ ワイン スープストック ホワイトルウ	834 36.6		
10 (水)	ごはん ギゆうにゆう	こめ	ギゆうにゆう				勝小	
	ポークカレー	じゃがいも あぶら チーズ	ぶたにく	たまねぎ にんじん セロリー しょうが にんにく りんご	カレーこ こしょう しお チャツネ カレールウ ソース スープストック	678 24.0		
	ちくわのかおりあげ	こむぎこ でんぶん あぶら	ちくわ あおのり	しょうが	しお す	836		
	かいそうサラダ あおじドレッシング	ごま	かいそう	キャベツ きゅうり	ドレッシング	29.6		
～ 「よし吉ランチ」～ よし吉ランチには、「しらす」が使われています。今回はソテーに入れています。								
11 (木)	ツイストパン ギゆうにゆう	パン	ギゆうにゆう			601 27.8		
	ハムチーズピカタ	でんぶん さとう あぶら	ハム たまご チーズ		チキンスープ す			
	じゃこいりやさいソテー	あぶら	しらす ベーコン	こまつな もやし チンゲンサイ	酒 しお こしょう コンソメ			
	とりにくとやさいのトマトに いちご	じゃがいも あぶら さとう	とりにく ウインナー	キャベツ たまねぎ にんじん しめじ トマト にんにく パセリ	ワイン オールスパイス しお こしょう コンソメ ソース ケチャップ がらスープ	791 35.5		
12 (金)	ごはん ギゆうにゆう	こめ	ギゆうにゆう			696 24.3	勝小 榛中	
	ぎょうざのあまずあんかけ	さとう あぶら でんぶん ごまあぶら こむぎこ	ぶたにく とりにく	キャベツ たまねぎ にんにく しょうが	しょうゆ す しお こしょう			
	ゆかりあえ	ごま		きゅうり キャベツ しそ	しお	873 29.3		
	マーボー豆腐	さとう でんぶん ごまあぶら	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	トウバンジャン しょうゆ ちゅうかスープ 酒 オイスターソース			
15 (月)	ごはん ギゆうにゆう	こめ	ギゆうにゆう			661 25.6	勝小 坂小	
	とりにくとレバーのちゅうかあえ	あぶら でんぶん さとう ごまあぶら	とりにく レバー だいず	たまねぎ しろねぎ しょうが にんにく	しょうゆ 酒 す			
	マカロニサラダ マヨネーズ	マカロニ マヨネーズ		キャベツ きゅうり にんじん	しお こしょう	806 29.7		
	さわにわん		ぶたにく	たけのこ にんじん ごぼう えのきたけ はねぎ	しょうゆ 酒 しお こしょう こんぶだし かつおだし			
16 (火)	こくとうパン ギゆうにゆう	パン こくとう	ギゆうにゆう			598 21.7		
	ししゃもフリッター	あぶら こむぎこ でんぶん	ししゃも		しお			
	たけのこサラダ	ごま さとう		たけのこ きゅうり にんじん	しょうゆ みりん ドレッシング			
	とうにゆういりポタージュ カラマンダリン	クリーム あぶら	とうにゆう ギゆうにゆう	とうもろこし にんじん たまねぎ パセリ カラマンダリン	がらスープ しお こしょう コンソメ ベシャメルソース	830 28.9		
17 (水)	ごはん ギゆうにゆう	こめ	ギゆうにゆう			636 23.2		
	とうふステーキのそぼろあん	あぶら さとう でんぶん	とりにく とうにゆう	しょうが	しょうゆ			
	やさいのたくあんあえ	ごま		たくあん キャベツ こまつな しょうが	しお			
	にくじゃが	じゃがいも あぶら さとう	ぶたにく	にんじん たまねぎ こんにゃく えだまめ	しょうゆ 酒 わふうだし	792 28.1		
18 (木)	げんまいせわれパン ギゆうにゆう	パン げんまい	ギゆうにゆう			612 24.0		
	フランクフルト	さとう	ぶたにく		しお こしょう ケチャップ ワイン ソース			
	いそベポテ	じゃがいも	あおのり		しお こしょう			
	レタスとにくだんごのスープ	あぶら でんぶん	とりにく ぶたにく	レタス たまねぎ チンゲンサイ にんじん しめじ	がらスープ しお こしょう ちゅうかスープ しょうゆ 酒	810 30.6		
～入学・進級祝い献立～ 赤飯とお祝いデザートでみなさんの入学と進級をお祝いします。								
19 (金)	せきはん ごましお ギゆうにゆう	こめ もちごめ ごま でんぶん あずき	ギゆうにゆう		しお	673 26.2		
	くろはんぺんおちゃフライ	こむぎこ でんぶん あぶら パンこ	くろはんぺん	ちゃ				
	だいずのいそに	さとう あぶら	だいず ひじき ぶたにく	にんじん こんにゃく さやいんげん	みりん しょうゆ わふうだし			
	はるやさいのみそしる	じゃがいも	とうふ あぶらあげ みそ わかめ	なのはな たまねぎ	さばだし にぼしだし	827 30.9		
おいおいデザート								
22 (月)	ごはん ギゆうにゆう	こめ	ギゆうにゆう			635 28.9	細小 川小 坂小	
	あかうおのさいきょうやき	さとう	あかうお みそ		しお			
	きゅうりたけのこのひたひた かつおぶし	さとう ごまあぶら	かつおぶし	きゅうり だいこん	しょうゆ す とうがらし			
	はくさいのうまに セミノール	マロニー ごまあぶら さとう でんぶん	ぶたにく うずらたまご あつあげ	にんじん たまねぎ はくさい たけのこ しろねぎ しょうが	ちゅうかスープ 酒 しょうゆ オイスターソース こしょう しお	784 35.7		

※ 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31年 4月 学校給食献立表＜A＞ 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)
		きいろ	あか	みどり	おもな調味料	小学校	中学校	
		エネルギーのもとになる食品	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				
23 (火)	うどん ぎゅうにゅう	うどん	ぎゅうにゅう			634 27.1	坂小	
	さんさいうどんつゆ	でんぶん	あぶらあげ とりにく かまぼこ	たまねぎ にんじん しろねぎ しいたけ オ わばみそう えのきたけ ハ たけのこ	しお しょうゆ みりん わふうだし かつおだし			
	とりそぼろいりあつやきたまご	さとう あぶら でんぶん	たまご とりにく		す みりん かつおだし しょうゆ しお こんぶだし	774 32.3		
	ポテトサラダ マヨネーズ	じゃがいも マヨネーズ		きゅうり キャベツ とうもろこし	しお こしょう			
24 (水)	たけのこごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ あぶらあげ さとう	ぎゅうにゅう	たけのこ えだまめ	しょうゆ 酒 しお みりん わふうだし	637 27.3	坂小	
	さわらのフライ	あぶら こむぎこ でんぶん パンこ	さわら		しお こしょう			
	コーンときゅうりのすのもの	さとう	わかめ	きゅうり とうもろこし しょうが	しお しょうゆ す	812 33.5		
	かきたまじる	でんぶん	たまご とうふ	たまねぎ にんじん ほうれんそう しいたけ	しょうゆ しお かつおだし こんぶだし			
	きよみオレンジ			きよみオレンジ				
～「チャーフィンランチ」～牧之原市でとれたお茶を使ったパンが献立に登場します。								
25 (木)	おちゃパン ぎゅうにゅう	パン マーガリン さとう	ぎゅうにゅう	ちゃ		669 21.6		
	グラタン	マカロニ マーガリン あぶら	えび ぎゅうにゅう チーズ	たまねぎ にんじん とうもろこし マッシュルーム	ベシメルソース しお			
	ごぼうサラダ ごまドレッシング	さとう ドレッシング		ごぼう きゅうり にんじん	しょうゆ みりん	795 24.8		
	やさいのスープに	じゃがいも	とりにく ウィナー	たまねぎ キャベツ だいこん にんじん チンゲンサイ	がらスープ しお こしょう スープストック			
バナナ			バナナ					
～日本味めぐり給食の日(宮崎県)～郷土料理「チキン南蛮」と魚のすり身団子を使った「ぼったり汁」を取り入れています。								
26 (金)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			729 29.5		
	チキンなんばん タルタルソース	でんぶん あぶら さとう タルタルソース	とりにく	しろねぎ	しょうゆ す とうがらし			
	きりぼしだいこんのごまずあえ	ごま さとう		きりぼしだいこん きゅうり にんじん もやし	しょうゆ す	873 34.5		
	ぼったりじる	でんぶん さとう	あじ とうふ みそ	だいこん たまねぎ ごぼう にんじん はねぎ しょうが	にぼしだし さばだし しお			

入学・進級
おめでとう

いよいよ新年度が始まりました。それぞれ希望に胸を膨らませ、新たな一歩を踏み出したことでしょう。
今年度も、成長期の皆さんの心と体の健康を支えるため、安心・安全で、栄養バランスのとれたおいしい給食を提供していきたいと思ひます。
どうぞよろしくお願い致します。

お知らせ

地域の食べ物を取り入れた給食を「ふるさと給食の日」として毎月実施しています。
今年度より、「よし吉ランチ」・「チャーフィンランチ」と名前を新たに実施します！

「よし吉ランチ」には、
しらすを使っているよ♪

「チャーフィンランチ」には、
お茶を使っているよ♪

学校給食には

次の7つが目標として
掲げられています。

(「学校給食法」第2条より)

- 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
- 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
- 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
- 食生活が食に関わる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
- わが国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。
- 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

※ 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。詳細な内容が必要な場合は、学校を通して共同調理場にお問い合わせください。

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。

★★★ 「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。 ★★★

