



令和元年度 1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			おもな調味料	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			
		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			
(水)	せわりパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう				
	フランクフルト	さとう	フランクフルト		ケチャップ ソース ワイン	680	
	スパゲッティサラダ	スパゲッティ		キャベツ きゅうり にんじん パプリカ	しお こしょう ドレッシング	26.1	
	コールスロードレッシング	じゃがいも あぶら	とりにく ぎゅうにゅう チーズ	たまねぎ にんじん ブロccoli	ホワイトルウ ワイン しお	880	
ふゆやさいのクリームに			かぶ はくさい まいたけ	こしょう スープストック	33.1		
<p>～七草献立～ 「せり」・「すずな」・「すずしろ」などの春の七草を使って、七草汁をつくりました</p>							
(木)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			655	
	ちくわのかおりあげ	あぶら こむぎこ でんぶん	ちくわ あおりのり	しょうが	しお す	26.4	
	ひじきのいために	あぶら さとう	ひじき だいず ぶたにく	にんじん こんにやく さやいんげん	みりん しょうゆ わふうだし		
	ななくさじる	でんぶん	とりにく かまぼこ	にんじん だいこん かぶ はくさい ほうれんそう みずな セリ	しお かつおだし しょうゆ	810	
みかん			みかん		32.0		
(金)	マーガリンパン ぎゅうにゅう	パン マーガリン さとう	ぎゅうにゅう			677	
	とりにくのハーブやき	オリーブあぶら	とりにく	にんにく	しお こしょう オレガノ パプリカ ワイン	29.3	
	ごぼうサラダ ごまドレッシング	さとう		ごぼう きゅうり にんじん	しょうゆ みりん ドレッシング	896	
	チンゲンサイとたまごのスープ	でんぶん	たまご ベーコン	たまねぎ にんじん チンゲンサイ とうもろこし	スープストック しお こしょう がらスープ	36.2	
<p>～日本味めぐり給食の日(山梨県)～ 郷土料理「ほうとう」は、幅の広いめんを南瓜などの野菜と一緒に、みぞ仕立てに煮込んだ料理です。</p>							
(火)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			648	
	さけのやくみソースかけ	でんぶん あぶら さとう	さけ	しろねぎ	しょうゆ 酒 みりん す	27.9	
	やさいのたくあんあえ	ごま		キャベツ きゅうり たくあん しょうが	しお	801	
	ほうとう	こむぎこ でんぶん	とりにく あぶらあげ みそ	はくさい かぼちゃ にんじん ごぼう たまねぎ	かつおだし わふうだし しょうゆ しお	33.1	
(水)	ミルクパン ぎゅうにゅう	パン マーガリン さとう	だっしふんにゅう ぎゅうにゅう			643	
	ベーコンたまごやき	でんぶん さとう	たまご ベーコン		しお	24.5	
	ひじきサラダ ごまドレッシング	さとう	ひじき	きゅうり とうもろこし にんじん	みりん しょうゆ ドレッシング		
	とりにくとやさいのトマトに	じゃがいも あぶら	とりにく	キャベツ たまねぎ にんじん トマト パセリ にんにく	ワイン オールスパイス こしょう コンソメ ケチャップ ソース しお	850	
オレンジ(ペにマドンナ)			ペにマドンナ	こしょう がらスープ	31.3		
(木)	むぎごはん ぎゅうにゅう	おおむぎ こめ	ぎゅうにゅう			635	
	ポークしゅうまい	あぶら こむぎこ パンこ さとう	ぶたにく とりにく	たまねぎ しょうが	みりん しょうゆ しお	24.9	
	もやしのちゅうかあえ	さとう ごまあぶら		きゅうり もやし にんじん	しょうゆ す しお とうがらし	763	
	マーボーだいこん	ごまあぶら でんぶん さとう	ぶたにく とうふ みそ	だいこん たけのこ にんじん しろねぎ しょうが にんにく しいたけ	ちゅうかスープ しょうゆ 酒 トウバンジャン オイスターソース	29.4	
(金)	しょくパン チョコクリーム ぎゅうにゅう	パン チョコクリーム	ぎゅうにゅう			693	
	とりにくとレパールのチリソース	でんぶん あぶら さとう	とりにく レパール とりにく だいず	しろねぎ しょうが にんにく	スープストック しお しょうゆ ケチャップ チリソース	27.9	
	ブロccoliサラダ イレアドレッシング			ブロccoli パプリカ	しお ドレッシング	827	
	とうにゅういりポタージュスープ	クリーム あぶら	ぎゅうにゅう とうにゅう	とうもろこし たまねぎ にんじん パセリ	ベシヤメルソース コンソメ しお こしょう がらスープ	33.2	
<p>～坂部小学校リクエスト給食～ みかん・レタス・お茶でできた坂部のマスコットキャラクター「さかべっち」をテーマにした献立です。</p>							
(月)	ごはん かつおふりかけ ぎゅうにゅう	こめ ごま さとう こむぎこ	ぎゅうにゅう かつおぶし のり あおさ	かぼちゃ ちゃ	しょうゆ しお	622	
	わかさぎのおちゃフリッター	あぶら こむぎこ でんぶん	わかさぎ	ちゃ	しお ベーキングパウダー	22.1	
	コールスローサラダ			キャベツ レタス パプリカ	しお こしょう ドレッシング	777	
	コールスロードレッシング					26.3	
ふゆやさいとんじる	さといも	ぶたにく とうふ みそ	だいこん れんこん にんじん ごぼう こんにやく しろねぎ	さばだし にぼしだし			
みかん			みかん				
(火)	むぎごはん ぎゅうにゅう	おおむぎ こめ	ぎゅうにゅう			636	
	ぶりのみぞれに	さとう でんぶん	ぶり	だいこん	しょうゆ みりん しお	25.1	
	ゆかりあえ	ごま		きゅうり キャベツ しそ	しお	743	
	みそおでん	じゃがいも さとう	とりにく さつまあげ こんぶ あつあげ みそ	だいこん にんじん こんにやく	しょうゆ みりん わふうだし がらスープ	28.9	
(水)	げんまいパン ぎゅうにゅう	パン げんまい	ぎゅうにゅう			684	
	ほうれんそうのグラタン	マカロニ マーガリン	ぎゅうにゅう チーズ ベーコン	ほうれんそう たまねぎ	ベシヤメルソース しお	29.9	
	コーンポテト	じゃがいも あぶら	ベーコン	とうもろこし パセリ	しお こしょう		
	チリコンカン	あぶら	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 パセリ トマト	オレガノ チリソース こしょう ケチャップ ソース ワイン しお	866	
りんご			りんご		36.9		

※ 物資の都合により、献立が変更になる場合があります。



令和元年度 1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)	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				
		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		中学校				
~住吉小学校リクエスト給食~ 吉田町の特産物「レタス」・「しらす」を取り入れた「よし吉ランチ」を考えてくれました。										
(木)	しらすごはん ぎゅうにゅう	こめ	しらす ぎゅうにゅう		しょうゆ 酒 しお	607				
	ハンバーグ	さとう じゃがいも あぶら	ぶたにく とり	たまねぎ	ケチャップ ソース ワイン しお	24.9				
	ほうれんそうサラダ	あぶら さとう		ほうれんそう キャベツ とうもろこし	しょうゆ す	769				
	レタスとにくだんごのスープ	みずあめ でんぶん あぶら	ベーコン とり	レタス たまねぎ チンゲンサイ まいたけ にんじん	がらスープ しょうゆ しお ちゅうかスープ 酒 こしょう	30.2				
~チャーフィンランチ~ 牧之原市でつくられた「お茶」・「こまつな」を取り入れた献立です。										
(金)	おちゃパン ぎゅうにゅう	パン さとう マーガリン	ぎゅうにゅう	ちゃ	24日~30日は、 全国学校給食週間です♪	761				
	さつまいもコロッケ	さつまいも パンこ でんぶん あぶら こむぎこ ショートニング	だっしふんにゅう					しお	24.4	
	マカロニソテー	マカロニ あぶら	ベーコン	たまねぎ ビーマン エリンギ にんにく				ケチャップ トマトピューレ コンソメ しお こしょう	916	28.6
	こまつなのクリームスープ	おおむぎ あぶら	とりにく ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん こまつな とうもろこし				ホワイトルウ こしょう しお スープストック ワイン がらスープ		
	おちゃデザート	さとう もちごめ じょうしんこ あぶら みずあめ れんにゅう クリーム しろいげんまめ	だっしふんにゅう	ちゃ						
(月)	ごはん のりのつくだに ぎゅうにゅう	こめ みずあめ さとう はちみつ でんぶん	ぎゅうにゅう のり		しょうゆ	637				
	あかうおのさいきょうやき	さとう	あかうお みそ		みりん	34.0				
	きゅうりどだいこんのひたひた 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	781				
	はくさいのうまに	ごまあぶら さとう でんぶん マロニー	ぶたにく 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 しょうゆ 酒 オイスターソース しお こしょう	39.1				
~川崎小学校リクエスト給食~ 季節の野菜や果物をたくさん取り入れて献立を考えてくれました。										
(火)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			678				
	メンチカツ	あぶら こむぎこ パンこ さとう でんぶん	ぶたにく	たまねぎ	しお こしょう ナツメグ	25.4				
	ブロッコリーのしおゆで マヨネーズ	マヨネーズ		ブロッコリー	しお	834		29.9		
	かきたまじる	でんぶん	とうふ たまご	たまねぎ にんじん ほうれんそう しいたけ	かつおだし こんぶだし しょうゆ しお					
(水)	ツイストパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			623				
	とりにくのパーベキューソースかけ	さとう	とりにく	しょうが にんにく りんご レモン	ワイン しょうゆ	30.9				
	ベーコンとやさいのソテー	あぶら	ベーコン	キャベツ もやし とうもろこし	しお こしょう コンソメ	799				
	ポトフ	じゃがいも	ウインナー	かぶ たまねぎ にんじん れんこん チンゲンサイ	スープストック がらスープ しお こしょう ワイン	38.0				
(木)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			704				
	チキンカレー	じゃがいも あぶら	とりにく チーズ	たまねぎ にんじん セロリー にんにく しょうが トマト りんご	カレーフレーク ワイン スープストック チャツネ ソース カレーこ こしょう	25.3				
	しろみざかなとだいのあげに	でんぶん あぶら さとう	ホキ だいず あおりの		しょうゆ 酒	865				
	かいそうサラダ あおじそドレッシング	ごま	かいそう	キャベツ きゅうり	ドレッシング	30.1				
(金)	ちゅうかめん ぎゅうにゅう	ちゅうかめん	ぎゅうにゅう			677				
	キムチラーメンスープ		ぶたにく	はくさい にんじん しろねぎ キムチ メンマ なら えのきたけ にんにく しょうが	みそラーメンスープ キムチのもと がらスープ	25.1				
	チヂミ	こむぎこ こめこ でんぶん さとう ヨンスターチ あぶら	いか たこ	キャベツ なら こんにやくこ	かつおだし こんぶだし しお	783				
	れんこんサラダ ヨーグルト	さとう	ヨーグルト	れんこん きゅうり にんじん	しょうゆ みりん ドレッシング	28.7				

※ 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。

「学校給食展」を開催します！

1月24日は「全国学校給食記念日」です！

給食の始まりは、明治22年 山形県鶴岡町にある私立忠愛小学校で、家庭が貧しくしてお弁当を持ってこられない子どものために無料で食事を提供したことからいわれています。

その後、戦争により中断されていた給食は、外国からの援助で再開されました。昭和21年12月24日に新たに給食が始まったことから、この日を『学校給食感謝の日』としました。しかし、冬休みに入ってしまうため、1ヶ月後の1月24日を記念日とし、この1週間を全国学校給食週間として取り組んでいます。

場所：吉田榛原学校給食共同調理場
日時：1月23(木)・24(金)10時~12時
内容：調理施設及び調理作業の見学
年表、写真パネルの展示、DVDの放映
学校給食の試食(10:30~)

申し込み不要です。
お気軽にお越しください。

