



令和2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		
		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		小学校	中学校
9	ツイストパン ギョウにゅう	パン	ギョウにゅう			638 26.1	勝小
	メンチカツ	あぶら さとう でんぶん パンこ こむぎこ でんぶん	ぶたにく	キャベツ たまねぎ	しお こしょう		
	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 にんにく マッシュルーム	ケチャップ トマトピューレ しお コンソメ こしょう		
(木)	はるキャベツのクリームスープ	おおむぎ あぶら	とりにく ギョウにゅう	キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし	ホワイトソース しお こしょう スープストック がらスープ ワイン	811 32.7	
10	ごはん ギョウにゅう	こめ	ギョウにゅう			709 22.6	
	ポークカレー	じゃがいも あぶら	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	ソース ワイン カレールウ カレー スープストック こしょう しお		
	フィッシュナゲット	あぶら さとう こむぎこ でんぶん	あじ いとよりだい	たまねぎ	しお しょうゆ かつおだし		
(金)	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	890 27.8	
13	ごはん ギョウにゅう	こめ	ギョウにゅう			688 36.0	
	さわらのさいきょうやき	さとう	みそ さわら				
	かふうサラダ	ごま さとう ごまあぶら		ほうれんそう もやし とうもろこし	しょうゆ す しお		
(月)	いりどうふ	あぶら さとう	とうふ とりにく なんと たまご	にんじん たけのこ はねぎ しいたけ しょうが	しょうゆ わふうだし	847 42.5	
14	しよくパン ブルーベリージャム ギョウにゅう	パン さとう みずあめ	ギョウにゅう	ブルーベリー		619 27.8	
	グラタン	マカロニ こむぎこ バター さとう あぶら でんぶん	ギョウにゅう チーズ	たまねぎ ほうれんそう しめじ えのきたけ	しお こしょう		
	じゃこいりやさいソテー	あぶら	ベーコン しらすぼし	こまつな もやし キャベツ	酒 コンソメ しお こしょう ケチャップ トマトピューレ ワイン		
(火)	ポークビーンズ	じゃがいも あぶら さとう	ぶたにく だいず	たまねぎ にんじん マッシュルーム	ソース スープストック こしょう しお	771 33.9	
15	～ 「入学・進級お祝い献立」～ 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。						
	せきはん ごましお ギョウにゅう	こめ もちごめ ごま こむぎこ あずき	ギョウにゅう		しお	712 25.1	
	とりにくのからあげ	でんぶん あぶら	とりにく	しょうが	酒 しょうゆ しお		
	コーンときゅうりのすのもの	さとう	わかめ	とうもろこし きゅうり	しょうゆ す しお		
	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	たまねぎ たけのこ なのはな	さばだし にぼしだし	890 31.3	
おいおいデザート	さとう こめこ みずあめ あぶら	とうにゅう	いちご				
16	ミルクパン ギョウにゅう	パン さとう マーガリン	ギョウにゅう だっしふんにゅう			604 26.8	
	いかフライ	あぶら パンこ こむぎこ でんぶん	いか		しお こしょう		
	たけのこサラダ ごまドレッシング	さとう ごま		たけのこ にんじん きゅうり	しょうゆ みりん ドレッシング		
(木)	ほうれんそうとたまごのスープ	でんぶん	ベーコン たまご	たまねぎ ほうれんそう にんじん えのきたけ	がらスープ しょうゆ コンソメ しお こしょう	805 34.0	
17	～ 「2020東京オリンピック・パラリンピックにちなんで味めぐり」 (東京)～ オリンピックが開催される「東京」の郷土料理です。						
	ふかがわめし ギョウにゅう	こめ おおむぎ さとう	ギョウにゅう あさり	ごぼう にんじん しょうが	しょうゆ 酒 しお みりん	643 28.1	榛中
	ぐ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	しょうが	しょうゆ みりん 酒 す かつおだし しお こんぶだし		
	こまつなのたくあんあえ	ごま		たくあん キャベツ こまつな	しお		
	ちゃんこじる		ぶたにく あぶらあげ	もやし まいたけ にんじん キャベツ しいたけ はねぎ	しょうゆ しお 酒 かつおだし わふうだし	785 33.7	
(金)	にんぎょうやき	あずき さとう でんぶん こむぎこ ショートニング はちみつ あぶら	たまご		しお		
20	ごはん ギョウにゅう	こめ	ギョウにゅう			639 23.8	川小 坂小
	あげどうふのそぼろみそあんかけ	さとう でんぶん あぶら	とりにく みそ とうふ せうちん	しょうが	しょうゆ 酒		
	しおこんぶのそくせきづけ	ごま さとう	こんぶ	キャベツ きゅうり こまつな にんじん	しょうゆ す しお		
(月)	にくじゃが	じゃがいも さとう あぶら	ぶたにく	にんじん たまねぎ こんにやく えだまめ	しょうゆ 酒 わふうだし	798 28.5	勝小
21	バーガーパン ギョウにゅう	パン	ギョウにゅう			648 28.3	
	ハンバーグ	さとう	とりにく ぶたにく	たまねぎ にんにく しょうが	ケチャップ ソース ワイン しお		
	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 もやし	す しょうゆ		
(火)	とうにゅうポタージュ	クリーム あぶら	とうにゅう ギョウにゅう	とうもろこし にんじん たまねぎ パセリ	ベシマルソース がらスープ しお こしょう コンソメ	846 36.1	
22	～ 「よしきちランチ」～ 吉田漁港で水揚げされたシラスを使って、しらすコロッケにしました。						
	ごはん おかかふりかけ ギョウにゅう	こめ さとう	ギョウにゅう かつおぶし のり	ちゃん	しお	618 19.9	
	しらすコロッケ	じゃがいも パンこ こめこ こむぎこ あぶら さとう でんぶん	しらすぼし	たまねぎ	しお こしょう		
	ひじきのいために	さとう あぶら	だいず ひじき 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		
	チンゲンサイとにくだんごのスープ	でんぶん みずあめ あぶら	とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん チンゲンサイ まいたけ	がらスープ ちゅうかスープ しょうゆ 酒 しお こしょう	763 22.9	

※ 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2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	たんぱく質(g)	
		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		小学校 中学校	
(木)	～「チャーフィンランチ」～	牧之原市で作られたお茶や小松菜を使い、「お茶食パン」や「小松菜」が入ったスープを取り入れました。					
	おちやしよくパン ギョウにゅう	パン マーガリン さとう	ギョウにゅう	ちゃ		666 28.3	
	とりにくのハーブやき	オリーブオイル	とりにく	にんにく	しお こしょう オレガノ バジル ワイン		
	いそべポテト	じゃがいも	あおのり		しお こしょう		
	やさいのスープに バナナ		ウインナー	たまねぎ キャベツ だいこん にんじん こまつな バナナ	がらスープ スープストック しお こしょう	809 33.1	
(金)	ちらしずし ギョウにゅう	こめ さとう	ギョウにゅう こおりどうふ	たけのこ にんじん かんぴょう しいたけ	す しお しょうゆ わふうだし	641 25.9	
	ししゃもフライ	パンこ こむぎこ あぶら でんぶん	ししゃも		しお こしょう		
	ごぼうサラダ ごまドレッシング	さとう ごま		ごぼう きゅうり にんじん	しょうゆ みりん ドレッシング	787 30.3	
	かきたまじる	でんぶん	とりにく たまご かまぼこ	たまねぎ えのきたけ ほうれんそう	こんぶだし かつおだし しお しょうゆ		
(月)	ごはん ギョウにゅう	こめ	ギョウにゅう			656 29.3	細小
	しろみぎかなのチリソースあえ	あぶら でんぶん さとう	シイラ	しろねぎ しょうが にんにく	スープストック ケチャップ チリソース しお		
	こまつなともやしのサラダ	ごま さとう	のり	もやし こまつな にんじん	しょうゆ す わふうだし		
	ちゅうかふうコーンスープ	でんぶん	たまご ベーコン なた	たまねぎ にんじん しいたけ とうもろこし チンゲンサイ	スープストック しょうゆ しお こしょう	802 34.4	
	きよみオレンジ			きよみオレンジ			
(火)	うどん ギョウにゅう	うどん	ギョウにゅう			627 26.4	細小
	くろはんべんのおちやあげ	でんぶん こむぎこ あぶら	くろはんべん	ちゃ			
	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		
	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 わらび うわばみそう えのきたけ ぜんまい たけのこ	しょうゆ みりん しお かつおだし わふうだし	809 34.0	
(木)	げんまいパン ギョウにゅう	パン げんまい	ギョウにゅう			610 24.3	
	ハムチーズピカタ	あぶら さとう	たまご ハム チーズ		しお		
	カラフルサラダ イタリアンドレッシング			きゅうり もやし パプリカ とうもろこし	しお こしょう 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 ソース しお こしょう がらスープ コンソメ ケチャップ	808 31.4	
	セミノール			セミノール			

※ 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。 ★★★



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。

学校給食7つの目標

学校給食は、学校での教育に欠かすことのできないものです。学校で食育を行っていくための「生きた教材」として、給食時間はもとより、授業などでも活用されています。

健康で丈夫な
体をつくろう！



自然の豊かな恵み、
いただく命に感謝しよう！



育てる人、運ぶ人、作る人…
みんなの方で食べられる。
「ありがとう」の心をもとう！



食事の大切さを知り、
よい食べ方を身に付けよう！



未来に伝える
ふるさとや伝統の食！



給食を通して、
社会をよく知ろう！



マナーを守り、
たすけあい
楽しくなかよう！

