



令和2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) 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			
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			631	
	にくだんごのあますあんかけ	さとう でんぶん パンこ でんぶん	とりにく ぶたにく	たまねぎ	しょうゆ す しお	27.7	
	やさいのナムル	ごま ごまあぶら		ほうれんそう もやし	しょうゆ	800	
	はっぼうさい	ごまあぶら でんぶん	ぶたにく いか うずらたまご	にんじん キャベツ たまねぎ たけのこ チンゲンサイ しいたけ しょうが	ちゅうかスープ オイスターソース 酒 しょうゆ こしょう しお	33.6	
(火)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			628	
	かつおとだいずのみそがらめ	でんぶん あぶら さとう	かつお だいず みそ		しょうゆ 酒 みりん	29.2	
	かふうサラダ	ごま さとう ごまあぶら		こまつな もやし にんじん	しょうゆ す しお	778	
	ちゅうかふうコーンスープ	でんぶん	たまご ベーコン なんと	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	34.4	
(水)	パンブキンパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう	かぼちゃ		636	
	とりにくのマーメレードやき	さとう みずあめ	とりにく	しょうが にんにく なつみかん いよかん ゆず	しお こしょう ワイン しょうゆ	29.5	
	キャベツサラダ	ごま さとう あぶら		キャベツ こまつな きゅうり	しょうゆ す		
	アスパラガスのクリームスープ	マカロニ あぶら クリーム	ベーコン ぎゅうにゅう チーズ	たまねぎ にんじん アスパラガス しめじ とうもろこし	ホワイトルウ しお こしょう スープストック がらスープ ワイン	817 36.5	
6月4日～10日は、歯と口の健康週間です。～かみごたえのある食材を取り入れました。かむことを意識しながら食事をしましょう。～							
(木)	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ	ぎゅうにゅう			638	
	ししゃもフライ	あぶら パンこ こむぎこ でんぶん	ししゃも		しお こしょう	24.7	
	くきわかめのきんぴら	ごまあぶら さとう	ぶたにく くきわかめ	ごぼう にんじん こんにゃく さやいんげん	みりん 酒 しょうゆ わふうだし	778	
	じゃがいもだんごのみそしる	じゃがいも でんぶん	とうふ あぶらあげ みそ	たけのこ なのはな たまねぎ	にぼしだし さばだし しお	28.6	
(金)	こめこパン ぎゅうにゅう	パン こめこ	ぎゅうにゅう			616	
	ベーコンたまごまき	でんぶん さとう あぶら	たまご ベーコン		しお にぼしだし しょうゆ	26.6	
	カラフルサラダ イタリアンドレッシング			キャベツ きゅうり ハブリカ こまつな	しお こしょう ドレッシング		
	ハヤシシチュー	じゃがいも あぶら	ぶたにく	たまねぎ にんじん セロリー にんにく マッシュルーム	デミグラスソース ソース ワイン ハヤシルク スープストック しお こしょう	800 33.5	
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			640	
	しろみぎかなのチリソースあえ	あぶら さとう でんぶん	シイラ	しろねぎ にんにく しょうが	スープストック ケチャップ しお チリソース	26.1	
	ひじきサラダ ごまドレッシング	さとう	ひじき	キャベツ きゅうり にんじん	みりん しょうゆ ドレッシング	790	
	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	ベーコン とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん チンゲンサイ えのきたけ	がらスープ ちゅうかスープ しょうゆ 酒 しお こしょう	30.5	
(火)	うめごはん ぎゅうにゅう	こめ あぶら でんぶん おおむぎ	ぎゅうにゅう	うめ	しお こんぶだし	665	
	かつおコロッケ	あぶら じゃがいも みずあめ さとう パンこ こむぎこ こめこ でんぶん	かつお	たまねぎ	しお こしょう しょうゆ	24.8	
	ごもくにまめ	さとう あぶら	だいず とりにく あぶらあげ	たけのこ 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		
	つみれじる	でんぶん さとう	とうふ みそ いわし スケソウダラ	だいこん ごぼう にんじん えのきたけ しろねぎ しょうが	にぼしだし さばだし しお	818 29.3	
(水)	ツイストパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			644	
	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	ぎゅうにゅう 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	23.4	
	コーンサラダ あおじそドレッシング			こまつな とうもろこし きゅうり	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 コンソメ ケチャップ ソース しお こしょう がらスープ	827 29.8	
(木)	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			
	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			661	
	フィッシュナゲット	さとう あぶら でんぶん こむぎこ	あじ いとよりだい	たまねぎ	しお しょうゆ かつおだし	23.0	
	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	843	
(金)	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 しょうが にんにく りんご	ソース ワイン カレールウ しお カレー こしょう スープストック	28.2	
	ちゅうかめん ぎゅうにゅう	ちゅうかめん	ぎゅうにゅう			631	
	しょうゆラーメンスープ		ぶたにく なんと	にんじん もやし チンゲンサイ メンマ しろねぎ にんにく しょうが	しょうゆ ラーメンスープ 酒 がらスープ オイスターソース しお こしょう	24.9	
	あげぎょうざ	ごまあぶら こむぎこ でんぶん さとう あぶら	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 しお こしょう にぼしだし	812	
(月)	ベーコンポテト	あぶら じゃがいも	ベーコン	たまねぎ パセリ	コンソメ しお こしょう	30.8	
	6月15日～19日は「ふるさと給食週間」です。～地元でつくられた食べ物をたくさん取り入れています！～						
	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			678	
	さばのカレーたつたあげ	あぶら でんぶん	さば		しょうゆ みりん カレーこ	24.9	
(月)	きゅうりと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	839	
	にくじゃが	じゃがいも あぶら さとう	ぶたにく	こんにゃく にんじん たまねぎ えだまめ	しょうゆ 酒 わふうだし	29.6	



令和2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				おもな調味料	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	たんぱく質(g)		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				
	～ ふるさと給食の日	よし吉ランチ ～ 吉田漁港でとれたしらすを使った、しらすごはんです。							
16 (火)	しらすごはん ぎゅうにゅう	こめ	しらすぼし ぎゅうにゅう		しお 酒	625			
	ハンバーグオニオンソース	さとう でんぶん あぶら	とりにく ぶたにく	たまねぎ しょうが にんにく	しょうゆ みりん しお	25.1			
	きりぼしだいこんのごまあえ	さとう ごま		きりぼしだいこん キャベツ きゅうり	しょうゆ	792			
	はるさめスープ	でんぶん はるさめ	とりにく とうふ	たまねぎ にんじん チンゲンサイ もやし	しお こしょう しょうゆ ちゅうかスープ がらスープ	30.4			
17 (水)	せわりパン いちごジャム ぎゅうにゅう	パン さとう みずあめ	ぎゅうにゅう	いちご		690			
	とりにくとレバーのマリネ	でんぶん あぶら さとう	とりレバー とりにく	たまねぎ レモン しょうが とうもろこし	しょうゆ す カレーこ	29.8			
	ポークビーンズ	じゃがも 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	ケチャップ トマトピューレ しお ワイン ソース スープストック こしょう	893			
						37.5			
18 (木)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			674			
	ぶたにくのしょうがやき		ぶたにく	しょうが にんにく	しょうゆ みりん 酒	26.7			
	マカロニサラダ マヨネーズ	マカロニ マヨネーズ		きゅうり キャベツ にんじん とうもろこし	しお こしょう				
	みそけんちんじる	ごまあぶら	とうふ あぶらあげ みそ	だいこん にんじん ごぼう はねぎ こんにゃく	さばだし にぼしだし	831			
					31.3				
	～ ふるさと給食の日	チャーフィンランチ ～ 牧之原市でつくられたお茶や小松菜を使った献立です。							
19 (金)	ミルクパン ぎゅうにゅう	パン さとう マーガリン	ぎゅうにゅう だっしふんにゅう			679			
	さかなのおちゃフリッター	あぶら こむぎこ でんぶん	タラ	ちゃ	ベーキングパウダー しお	27.3			
	ラタトゥイユ	オリーブオイル	ベーコン	なす スッキーニ トマト たまねぎ ピーマン にんにく	ケチャップ ソース コンソメ しお こしょう				
	こまつなとたまごのスープ	でんぶん	とりにく たまご	たまねぎ こまつな 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	884			
22 (月)	おちゃわらびもち	でんぶん さとう わらびこ	あおだいず かんてん	ちゃ		34.7			
	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			646			
	とうふステーキのそぼろあんかけ	さとう あぶら でんぶん	ぶたにく とうにゅう	しろねぎ しょうが	しょうゆ 酒	28.7			
	やさいのたくあんあえ	ごま		たくあん キャベツ きゅうり	しお	809			
23 (火)	おやこに	さとう あぶら	とりにく ちくわ たまご	たまねぎ にんじん たけのこ えだまめ しいたけ	わふうだし しょうゆ 酒	34.2			
	～ 「2020東京オリンピック・パラリンピックにちなんだ味めぐり」 (モンゴル) ～ 焼津市でベースキャンプを行っているモンゴルにちなんだ献立です。								
	ブロフ ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ あぶら	ぎゅうにく	たまねぎ パプリカ	ちゅうかスープ 酒 しお こしょう	679			
	ポーズ	はるさめ でんぶん さとう ごまあぶら こむぎこ あぶら	ぶたにく	キャベツ たまねぎ たけのこ しいたけ しょうが	しょうゆ オイスターソース しお こしょう	21.1			
24 (水)	ニースレスサラダ マヨネーズ	じゃがいも マヨネーズ		きゅうり にんじん	しお こしょう	822			
	やさいスープ	おおむぎ	とりにく	たまねぎ にんじん チンゲンサイ えのきたけ	しお こしょう しょうゆ ちゅうかスープ がらスープ	24.5			
	げんまいパン ぎゅうにゅう	パン げんまい	ぎゅうにゅう			683			
	しろみざかなフライ	あぶら パンこ でんぶん こむぎこ	ホキ		しお こしょう	25.6			
25 (木)	アーモンドサラダ コールスロートレッシング	アーモンド		こまつな キャベツ もやし	ドレッシング				
	パンポンキンポターージュ	クリーム オリーブオイル	ベーコン ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん かぼちゃ ハセリ	ホワイトルウ しお こしょう スープストック がらスープ	875			
	さんしょくゼリー	さとう みずあめ あぶら	とうにゅう	もも りんご		32.2			
	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			663			
26 (金)	いわしのかばやき	さとう あぶら でんぶん	いわし		しょうゆ みりん 酒	27.6			
	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	しょうゆ す しお	828			
	とうがんのうまに	あぶら さとう でんぶん	ぶたにく ベーコン あつあげ	とうがんにんじん しめじ こんにゃく しろねぎ	しょうゆ みりん 酒 コンソメ	33.4			
	せわりパン ブルーベリージャム ぎゅうにゅう	パン さとう みずあめ	ぎゅうにゅう	ブルーベリー		606			
29 (月)	メンチカツ	あぶら さとう でんぶん パンこ こむぎこ あぶら	ぶたにく	たまねぎ キャベツ	しお こしょう	26.2			
	ベーコンとなのはなのスパゲッティ	スパゲティ オリーブオイル	ベーコン	たまねぎ なのはな エリンギ しめじ にんにく	しお こしょう コンソメ	823			
	ワンタンスープ	こむぎこ	ぶたにく	チンゲンサイ にんじん キャベツ たけのこ しいたけ	しお こしょう 酒 しょうゆ ちゅうかスープ がらスープ	34.5			
	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			622			
30 (金)	チヂミ	あぶら こむぎこ こめこ でんぶん てんかす	いか たこ	キャベツ にら	かつおだし	23.3			
	にらともやしのサラダ	さとう ごま	のり	にら もやし にんじん	しょうゆ す わふうだし	770			
	マーボーどうふ	さとう ごまあぶら でんぶん	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 ちゅうかスープ オイスターソース しょうゆ 酒	27.3			
	ごはん おかかふりかけ ぎゅうにゅう	こめ さとう	ぎゅうにゅう かつおぶし のり	ちゃ	しお	669			
31 (土)	さわらのさいきょうやき	さとう	さわら みそ			31.1			
	ごぼうサラダ ごまドレッシング	さとう ごま		ごぼう にんじん きゅうり ほうれんそう	みりん しょうゆ ドレッシング	825			
	ぶたにくとこんにゃくのしょうがに	あぶら さとう	ぶたにく さつまあげ	しょうが こんにゃく たまねぎ にんじん たけのこ さやいんげん	酒 しょうゆ みりん わふうだし	36.5			

※ 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。 ★★★

