



令和3年度 4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			
(金)	レタスチャーハン ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ ごまあぶら	ぎゅうにゅう ベーコン	レタス にんじん はねぎ しょうが	酒 コンソメ しお こしょう	612	中央小 自彊小 住吉小
	ハムフライ	あぶら こむぎこ でんぷん パンこ	ハム			27.0	
	やきそばいりやさいソテー	ちゅうかめん あぶら	ぶたにく	キャベツ たまねぎ もやし こまつな パプリカ	やきそばのもと しお こしょう ソース	751	
	チンゲンサイとたまごのスープ	でんぷん	とりにく たまご	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	32.8	
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			663	住吉小
	あげぎょうざ	ごまあぶら でんぷん こむぎこ さとう あぶら	ぶたにく	キャベツ たまねぎ にら にんにく しょうが	しお こしょう しょうゆ	25.7	
	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	838	
	マーボー豆腐	ごまあぶら さとう でんぷん	ぶたにく とうふ 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	しょうゆ ちゅうかスープ オイスターソース 酒 トウバンジャン	31.1	
(火)	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ	ぎゅうにゅう			706	
	ポークカレー	あぶら じゃがいも	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん トマト セロリー しょうが にんにく りんご	カレーこ こしょう カレールウ チャツネ ソース ワイン しお スープストック	27.4	
	だいずとにぼしのあげに	でんぷん あぶら さとう ごま	だいず にぼし		しょうゆ	869	
	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 とうもろこし パプリカ	しお こしょう ドレッシング	32.6	
～よし吉ランチ～ 吉田漁港で水揚げされた「しらす」と吉田町で収穫されたレタスを使っています。							
(水)	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			662	
	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 ワイン バジル オレガノ	33.7	
	しらすいりスパゲッティ	スパゲッティ オリーブオイル	ちりめんぼし ベーコン	たまねぎ なのはな エリンギ にんじん にんにく	コンソメ 酒 しお こしょう	861	
	レタスとにくだんごのスープ	でんぷん パンこ でんぷん	とりにく ぶたにく	レタス たまねぎ にんじん こまつな えのきたけ	しょうゆ 酒 スープストック しお こしょう がらスープ	41.3	
～入学進級のお祝い献立～ 赤飯とお祝いデザートでみなさんをお祝いした献立です。							
(木)	せきはん ごましお ぎゅうにゅう	こめ もちごめ ごま でんぷん あずき	ぎゅうにゅう		しお	678	27.4
	さわらのあまずあえ	あぶら さとう でんぷん	さわら	しろねぎ しょうが	しょうゆ す	833	
	きんぴらごぼう	ごまあぶら さとう ごま	ぶたにく さつまあげ	ごぼう にんじん さやいんげん	みりん わふうだし とうがらし しょうゆ	32.6	
	はるやさいのみそしる	じゃがいも	とうふ あぶらあげ わかめ みそ	たまねぎ たけのこ なのはな	さばだし にぼしだし	833	
	おいおいデザート	さとう あぶら みずあめ	とうにゅう	いちご		32.6	
(金)	こくとうパン ぎゅうにゅう	パン こくとう	ぎゅうにゅう			621	26.9
	ベーコンたまごやき	あぶら さとう でんぷん	たまご ベーコン		しょうゆ かつおだし にぼしだし しお	800	
	かいそうサラダ あおじそドレッシング		かいそう	キャベツ きゅうり	ドレッシング	33.6	
	とりにくのトマトにこみ	オリーブオイル じゃがいも さとう	とりにく チーズ	たまねぎ にんじん とうもろこし トマト グリンピース にんにく	ソース コンソメ しお こしょう ワイン ケチャップ		
～日本&世界の味めぐり給食(中国浙江省の料理)～ 静岡県との友好都市である浙江省の料理「トンポーロウ」を取り入れています。							
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			653	24.9
	トンポーロウ	みずあめ さとう	ぶたにく		しょうゆ しお	799	
	ビーフソテー	ビーフ あぶら	ぶたにく	キャベツ にんじん もやし エリンギ ピーマン	コンソメ しょうゆ しお こしょう	29.8	
	トマトとたまごのスープ	でんぷん あぶら	たまご ベーコン	トマト たまねぎ チンゲンサイ しょうが	がらスープ スープストック しお こしょう しょうゆ		
	あんりんデザート	みずあめ さとう あんにんに ショートニング	ぎゅうにゅう	もも りんご			
(火)	わかめごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ さとう あぶら	わかめ ぎゅうにゅう		しお	641	28.7
	さわらのてりやき	さとう でんぷん	さわら		しょうゆ みりん しお	795	
	じゃがいものそぼろに	じゃがいも あぶら でんぷん さとう	とりにく	にんじん たまねぎ えだまめ しょうが	みりん 酒 しょうゆ しお わふうだし	34.1	
	とんじる		ぶたにく あつあげ みそ	だいこん たまねぎ えのきたけ ごぼう にんじん こんにゃく しろねぎ	さばだし にぼしだし		
(水)	ツイストパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			684	27.7
	とりにくとレバーのトマトソースあえ	でんぷん あぶら バター さとう	とりにく だいず とりレバー	たまねぎ トマト エリンギ しょうが	ケチャップ トマトピューレ ワイン しょうゆ ソース	871	
	スパゲッティサラダ コールスロウドレッシング	スパゲッティ		きゅうり とうもろこし パプリカ	しお こしょう ドレッシング	34.6	
	はるキャベツのクリームスープ	じゃがいも あぶら クリーム	ベーコン ぎゅうにゅう	キャベツ にんじん たまねぎ とうもろこし	ホワイトルウ がらスープ スープストック しお こしょう		
(木)	さくらごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		しょうゆ 酒 しお	626	26.7
	とうふステーキのくみそあんかけ	でんぷん あぶら さとう	とうにゅう とりにく みそ	しょうが	みりん 酒 しょうゆ トウバンジャン	791	
	やさいのたくあんあえ	ごま		たくあん キャベツ きゅうり しょうが	しお	32.1	
	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	こんにゃく たまねぎ にんじん たけのこ さやいんげん しょうが	しょうゆ みりん 酒 わふうだし		

※ 物資の都合により、献立が変更になる場合があります。

※ 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。



令和3年度 4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			
		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			
おもな調味料							
	～チャーフィンランチ～	竹輪のお茶揚げには、牧之原市で栽培されたお茶を使っています。					
(金)	うどん ぎゅうにゅう	うどん	ぎゅうにゅう			660 29.7	中央小
	さんさいうどんつゆ	でんぶん	とりく あぶらあげ かまぼこ	たけのこ わらび しめじ なめこ たまねぎ にんじん しろねぎ しいたけ	しょうゆ みりん しお わふうだし かつおだし		
	ちくわのおちゃあげ	あぶら でんぶん こむぎこ	ちくわ	ちゃ			
	たけのこサラダ	さとう ごま あぶら	たまご(卵黄)	たけのこ きゅうり にんじん	しょうゆ みりん す かつおだし しお	821	
	セミノール			セミノール		37.0	
(月)	ごはん かつおごまふりかけ 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 あおさ のり	かぼちゃ ちゃ	しょうゆ しお	653 34.2	中央小
	あかうおのさいきょうやき	さとう	あかうお みそ				
	きりぼしだいこんのナムル	ごまあぶら ごま		きりぼしだいこん ほうれんそう もやし にんじん	しょうゆ	801	
	いりどうふ	あぶら さとう	とうふ とりく なんと たまご	にんじん はねぎ たけのこ しいたけ しょうが	しょうゆ わふうだし	40.2	
(火)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			646 25.5	
	キャベツいりしゅうまい	パンこ さとう でんぶん こむぎこ	ぶたにく	キャベツ たまねぎ	しお こしょう		
	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 えだまめ	しょうゆ みりん ドレッシング		
	あつあげのちゅうかに カラマンダリン	ごまあぶら さとう でんぶん	ぶたにく あつあげ	キャベツ もやし にんじん たけのこ しいたけ しょうが にんにく	酒 ちゅうかスープ しお こしょう しょうゆ	805 31.2	
(水)	ココアしょくパン ぎゅうにゅう	パン さとう マーガリン	ぎゅうにゅう	ココア		657 27.9	
	あじひらきフライ	パンこ こむぎこ でんぶん あぶら	あじ	しお こしょう			
	マカロニソテー	マカロニ あぶら	ベーコン チーズ	たまねぎ エリンギ ビーマン 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	801	
	やさいのようふうに	じゃがいも	とりく ウィナー	たまねぎ キャベツ にんじん チンゲンサイ	スープストック しお こしょう がらすープ	33.7	
(金)	しょくパン 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		631 30.0	住吉小
	さけのムニエル	あぶら でんぶん	さけ	にんにく	しお マスタード こしょう		
	ジャーマンポテト	あぶら じゃがいも	ベーコン	たまねぎ パセリ	しお こしょう	774	
	とうにゅういりポターージュ	あぶら クリーム	とうにゅう ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん とうもろこし	ベジタブルソース コンソメ しお こしょう がらすープ	36.9	

★★★ 「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。 ★★★



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

学校給食は学校教育活動の一環として行われています。学校で食育を行っていくための「生きた教材」として、給食時間だけでなく、授業などでも活用されています。また、「学校給食法」では「7つの目標」が

健康で丈夫な
体をつくろう！



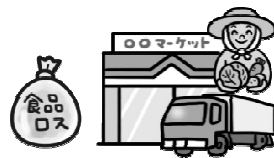
自然の豊かな恵み、
いただく命に感謝しよう！



食事の大切さを知り、
よい食べ方を身に付けよう！



給食を通して、
社会をよく知ろう！



育てる人、運ぶ人、作る人...
みんなの力で食べられる。
「ありがとう」の心をもちよう！



マナーを守り、
たすけあいで
楽しくなかよく！



未来に伝える
ふるさとや伝統の食！