

令和6年度5月 学校給食献立表 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			
～行事食：端午の節句献立～ 端午の節句(こどもの日)にちなんで、かつおと柏餅を献立に取り入れました。							
(水)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			665	
	かつおそぼろ	さとう あぶら	かつお たまご	えだまめ しょうが	しょうゆ しお 酒	31.9	
	しおこんぶのそくせきづけ		こんぶ	キャベツ きゅうり	しょうゆ す しお		
	とんじる		ぶたにく どうふ あぶらあげ みそ	だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぶかねぎ	さばだし にぼしだし	807	
	かしわもち	あずき しょうしんこ さとう みずあめ			しお	37.4	
～ふるさと給食の日「チャーフィンランチ」～ 牧之原市産の茶を使って、鶏肉のお茶揚げにしました。							
(木)	ロールパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう	チャーフィン ランチ		614	
	とりにくのおちゃあげ	こむぎこ でんぶん あぶら	とりにく	にんにく ちゃ	ワイン しお こしょう	29.8	
	ほうれんそうサラダ	さとう あぶら		ほうれんそう キャベツ とうもろこし	しょうゆ す	802	
	やさいのようふうに	じゃがいも	ウインナー	たまねぎ だいこん にんじん チンゲンサイ	スープストック しお こしょう からスープ	37.2	
(火)	ミルクパン ぎゅうにゅう コーヒーぎゅうにゅうのもと	パン さとう マーガリン	ぎゅうにゅう		コーヒー	628	
	あじナゲット	あぶら こむぎこ でんぶん さとう	あじ	たまねぎ	しお しょうゆ	25.1	
	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 ピーマン	コンソメ しょうゆ しお こしょう	857	
	やさいにくだんごのスープ	でんぶん あぶら	とりにく ぶたにく	だいこん にんじん ほうれんそう チンゲンサイ ねぶかねぎ たまねぎ	しょうゆ 酒 ちゅうかスープ しお こしょう からスープ	32.7	
(水)	ごはん のりふりかけ ぎゅうにゅう	こめ さとう でんぶん	かつおぶし のり ぎゅうにゅう	ちゃ	しお	625	
	キャベツメンチカツ	パンこ こむぎこ でんぶん あぶら さとう	ぶたにく とりにく	キャベツ	しょうゆ しお	21.3	
	きりほしだいこんのごますあえ	ごま さとう		きりほしだいこん ほうれんそう もやし	しょうゆ す	806	
	けんちんじる	さといも ごまあぶら でんぶん	どうふ あぶらあげ	にんじん ごぼう こんにゃく ねぶかねぎ	しょうゆ みりん しお こんぶだし かつおだし	25.6	
(木)	しょくパン メイプルジャム ぎゅうにゅう	パン みずあめ さとう メイプルシロップ	ぎゅうにゅう かんてん			624	
	じゃがいものこうみあげ	じゃがいも あぶら	あおのり		しお	23.7	
	かいそうサラダ		かいそう	もやし きゅうり	ドレッシング	768	
	ナムルドレッシング		とりにく ウインナー だいず チーズ	たまねぎ にんじん キャベツ	ケチャップ ソース ワイン スープストック しお こしょう	28.0	
(金)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			620	
	どうふステーキ	さとう でんぶん あぶら	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	26.2	
	ゆかりあえ	さとう		キャベツ きゅうり しそ	しお うめず	779	
	ぶたにくとだいこんのいために	さとう でんぶん ごまあぶら あぶら	ぶたにく さつまあげ	だいこん にんじん こんにゃく さやいんげん しょうが にんにく	酒 しょうゆ スープストック	31.6	
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			665	
	ちくわのいそべあげ	こむぎこ でんぶん あぶら	ちくわ あおのり			27.0	
	きゅうりのなんばんづけ	さとう ごまあぶら		きゅうり	しょうゆ す しお とうがらし	842	
	やさいのうまに	はるさめ ごまあぶら さとう でんぶん	ぶたにく あつあげ	キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ ねぶかねぎ しょうが	オイスターソース しょうゆ ちゅうかスープ 酒 しお こしょう	33.3	
(火)	ロールパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			611	
	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 バジル オレガノ ワイン	29.1	
	スパゲッティソテー	スパゲッティ あぶら	ベーコン	たまねぎ にんじん ピーマン 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	792	
	やさいスープ		ウインナー	たまねぎ キャベツ にんじん チンゲンサイ えのきたけ	しょうゆ コンソメ しお こしょう	36.1	
(水)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			697	
	マーボーどうふ	ごまあぶら さとう でんぶん	どうふ ぶたにく みそ	たまねぎ にんじん ねぶかねぎ たけのこ しいたけ しょうが にんにく	しょうゆ オイスターソース トウバンジャン 酒 ちゅうかスープ	23.8	
	はるまき	はるさめ こむぎこ でんぶん さとう こめ こなあめ あぶら	ぶたにく	たまねぎ にんじん キャベツ しいたけ しょうが	しょうゆ しお	876	
	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	しょうゆ す しお	28.4	
～ふるさと給食の日「よし吉ランチ」～ 吉田漁港で水揚げされたしらすが入ったコロッケを取り入れています。							
(木)	ナン ぎゅうにゅう	ナン	ぎゅうにゅう			676	
	キーマカレー	あぶら	ぶたにく	よし吉 ランチ	たまねぎ にんじん セロリー にんにく しょうが	25.1	
	しらすコロッケ	じゃがいも こむぎこ こめこ パンこ さとう でんぶん あぶら	しらす		たまねぎ	886	
	キャベツサラダ	あぶら さとう		よし吉 ランチ	キャベツ こまつな とうもろこし	31.6	

※ 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。

★★★ 「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。 ★★★





令和6年度5月 学校給食献立表 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			
(金)	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	651	
	さばのしおこうじやき		さば		こうじ しお みりん	27.6	
	かふうあえ	はるさめ さとう ごまあぶら		ほうれんそう もやし にんじん	しょうゆ す しお	801	
	かきたまじる	でんぶん	とうふ たまご なた	たまねぎ えのきたけ こまつな	しょうゆ しお かつおだし こんぶだし	32.5	
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			624	
	ぶたにくのしょうがいため	さとう でんぶん ごまあぶら	ぶたにく	たまねぎ しょうが	酒 しょうゆ みりん	25.5	
	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 にんじん	しお こしょう	770	
	はるさめスープ	はるさめ でんぶん	とりにく	たまねぎ にんじん チンゲンサイ しいたけ しょうが	しょうゆ スープストック しお こしょう がらスープ	29.8	
(火)	ちゅうかめん ぎゅうにゅう	ちゅうかめん	ぎゅうにゅう			616	
	しおラーメンスープ		ぶたにく なた わかめ	キャベツ にんじん ねぶかねぎ メンマ しょうが にんにく	しおラーメンスープ 酒 がらスープ しお こしょう	26.1	
	あげぎょうざ	こむぎこ あぶら ラード でんぶん さとう	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	782	
	ナムル	ごま ごまあぶら		ほうれんそう もやし にんじん	しょうゆ	31.9	
	オレンジ			オレンジ			
(水)	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	657	榛原中
	いかフライ	パンこ こむぎこ でんぶん あぶら	いか		しお こしょう	27.7	
	きゅうりたけのひたひた 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	818	
	しんじゃがいものみそしる	じゃがいも	とうふ あぶらあげ みそ	にんじん ごぼう ねぶかねぎ	さばだし にぼしだし	32.9	
(木)	せわりパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			619	榛原中
	トマトポークチャップ	オリーブオイル さとう でんぶん	ぶたにく	たまねぎ エリンギ ピーマン トマト にんにく	酒 ケチャップ ソース しお スープストック こしょう	28.7	
	やさしいサラダ イタリアンドレッシング			キャベツ きゅうり にんじん	しお こしょう ドレッシング	802	
	チンゲンサイのクリームスープ	あぶら	ベーコン ぎゅうにゅう チーズ	チンゲンサイ たまねぎ にんじん とうもろこし	ホワイトルウ スープストック しお こしょう ワイン がらスープ	35.4	
(金)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			626	川崎小 細江小 榛原中
	にくしゅうまい	こむぎこ みずあめ さとう パンこ でんぶん	ぶたにく	たまねぎ しょうが	しお	28.6	
	ごまあえ	ごま さとう		ほうれんそう キャベツ もやし	しょうゆ	795	
	いりどうふ	あぶら さとう	とうふ とりにく たまご なた	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	34.9	
(月)	コーンピラフ ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ バター あぶら	ウインナー ぎゅうにゅう	たまねぎ とうもろこし にんじん ピーマン	酒 しお コンソメ こしょう	627	川崎小 坂部小 細江小 榛原中
	くろはんべんフライ	こむぎこ パンこ あぶら	くろはんべん			22.8	
	いそべポテト	じゃがいも	あおのり		しお こしょう	763	
	こまつなとたまごのスープ	でんぶん	たまご ぶたにく	たまねぎ にんじん こまつな えのきたけ	がらスープ スープストック しお こしょう	26.9	
(火)	バーガーパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			618	
	ハンバーグ	さとう じゃがいも あぶら でんぶん	とりにく ぶたにく	たまねぎ	ケチャップ しお ソース ワイン	26.1	
	コールスローサラダ コーススロードレッシング			キャベツ きゅうり とうもろこし	しお こしょう ドレッシング	816	
	マゼドアンスープ	マカロニ	ウインナー	たまねぎ チンゲンサイ にんじん えのきたけ	しょうゆ コンソメ しお こしょう	33.2	
(水)	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ	ぎゅうにゅう			650	
	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 トマト セロリー りんご しょうが にんにく	ガレールウ チャップス しお ソース カレーこ こしょう スープストック ワイン	27.1	
	だいずとにぼしのあげに	でんぶん あぶら さとう	だいず にぼし		しょうゆ	801	
	やさしいレモンじょうゆあえ	さとう		キャベツ きゅうり もやし レモン	しょうゆ みりん	31.6	
(木)	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			613	
	チーズオムレツ	さとう でんぶん	たまご チーズ		す しお	22.7	
	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	845	
	ミネストローネスープ	じゃがいも	ベーコン だいず	たまねぎ にんじん セロリー トマト にんにく	ケチャップ コンソメ ワイン しお こしょう	29.2	
(金)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			640	
	とりにくとレバーのねぎソースあえ	でんぶん あぶら さとう	とりにく とりレバー だいず	ねぶかねぎ しょうが にんにく	しょうゆ す 酒	25.7	
	いそかあえ		のり	キャベツ ほうれんそう もやし	しょうゆ みりん	792	
	あつあげのみそしる	じゃがいも	あつあげ わかめ みそ	たまねぎ だいこん ねぶかねぎ	さばだし にぼしだし	30.1	