



令和6年度 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	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		
3 (月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			636	中央小	
	マーボーはるさめ	ごまあぶら さとう でんぶん はるさめ	ぶたにく みそ	たまねぎ キャベツ たけのこ ねぶかねぎ にんじん しいたけ にんにく しょうが	トウバンジャン しょうゆ 酒 オイスターソース ちゅうかスープ	21.7		
	やきぎょうざ	さとう こむぎこ あぶら だいちこ	ぶたにく とりにく	キャベツ たまねぎ なら しょうが	しょうゆ しお	818		
	きりぼしだいこんのごまずあえ	ごま さとう		きりぼしだいこん きゅうり もやし	しょうゆ す	26.2		
4 (火)	～行事食：カミカミ献立～ 歯と口の健康週間にちなんで、かみごたえのある食材を献立に取り入れました。						638	
	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			29.3		
	かつおフライ	パンこ こむぎこ あぶら	かつお		しお こしょう			
	しおこんぶのそくせきづけ	ごま	こんぶ	キャベツ きゅうり こまつな	しょうゆ す しお			
	ちくぜんに	さとう あぶら	とりにく さつまあげ	にんじん ごぼう たけのこ しいたけ こんにやく さやいんげん	酒 しょうゆ みりん	790		
	ミニフィッシュ	さとう	いわし			34.3		
5 (水)	ツイストパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			585		
	グラタン	じゃがいも こめこ みずあめ さとう あぶら	とうにゅう おから	たまねぎ にんじん とうもろこし ほうれんそう	しお	22.5		
	スパゲッティソース	スパゲッティ あぶら	ウインナー	たまねぎ にんじん エリンギ パセリ	ケチャップ トマトピューレ ソース コンソメ しお こしょう	795		
	とりにくとやさいのスープ		とりにく	しいたけ キャベツ たけのこ にんじん ねぶかねぎ	コンソメ がらスープ しお	28.3		
6 (木)	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ	ぎゅうにゅう			660		
	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 トマト りんご にんにく しょうが セロリー	こしょう カレールウ しお チャツネ ソース ワイン スープストック カレーこ	23.9		
	ハンバーグ	じゃがいも あぶら さとう でんぶん	ぶたにく とりにく	たまねぎ	ケチャップ しお	831		
	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	28.8		
7 (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			627		
	しろみぎかなのマリネ	あぶら さとう でんぶん	タラ	たまねぎ ピーマン パプリカ	す しお	27.8		
	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 にんじん	しお こしょう	817		
	コーンスープ	でんぶん	ベーコン たまご	たまねぎ にんじん とうもろこし チンゲンサイ	スープストック しお こしょう しょうゆ がらスープ	34.6		
10 (月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			616		
	ぶたどんのぐ	あぶら さとう	ぶたにく あぶらあげ	にんじん たまねぎ こんにやく	しょうゆ 酒 わふうだし	26.8		
	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			
	みだくさんみそしる	じゃがいも	とうふ みそ	だいこん ごぼう にんじん ねぶかねぎ	さばだし にぼしだし	764		
オレンジ			オレンジ		31.3			
11 (火)	～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を使ったかき揚げを取り入れました。						628	
	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			27.0		
	しらすのかきあげ	こむぎこ でんぶん あぶら	しらす だいち	にんじん たまねぎ はねぎ	しお			
	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	775		
おやこに	さとう あぶら	とりにく ちくわ たまご	にんじん たまねぎ たけのこ しいたけ えだまめ	酒 しょうゆ	31.4			
12 (水)	～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緑茶風味焼きを作りました。						619	
	ロールパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			31.0		
	とりにくのりよくちやふうみやき	オリーブオイル	とりにく 	にんにく ちや	しお こしょう ワイン			
	えだまめサラダ ごまドレッシング			えだまめ キャベツ きゅうり にんじん	ドレッシング	801		
ミネストローネスープ	マカロニ オリーブオイル	ベーコン だいち	ほうれんそう たまねぎ にんじん セロリ 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	37.6			
13 (木)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			654		
	さばのたつたあげ	でんぶん あぶら	さば		しょうゆ	26.2		
	いそかあえ		のり	ほうれんそう キャベツ もやし	しょうゆ	817		
	ぶたにくとこんにやくのしょうがに	さとう あぶら	ぶたにく さつまあげ	たまねぎ にんじん たけのこ しょうが こんにやく さやいんげん	しょうゆ 酒 みりん	31.2		
14 (金)	せわりパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			617		
	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	25.0		
	キャベツサラダ	あぶら さとう		キャベツ きゅうり にんじん	しょうゆ す	805		
	とうにゅういりポタージュ	あぶら クリーム	とうにゅう ぎゅうにゅう	とうもろこし たまねぎ にんじん パセリ	ベシャメルソース コンソメ がらスープ しお こしょう	31.4		

※ 物資の都合により献立が変更になる場合があります。

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 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			
17 (月)	ごはん ぎゆうにゆう	こめ	ぎゆうにゆう			625 24.0	
	ドライカレー	こむぎこ あぶら	ぶたにく	たまねぎ ピーマン レーズン しょうが にんにく	オールスパイス カレーこ しょう ソース ワイン		
	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		
	やさいすーブ		とりにく	キャベツ たまねぎ にんじん ほうれんそう	しょうゆ コンソメ こしょう しお がらスープ		
	ひゅうがなつゼリー	さとう		ひゅうがなつ			
18 (火)	うめごはん ぎゆうにゆう	こめ でんぶん あぶら おおむぎ	ぎゆうにゆう	うめ	しお こんぶだし	605 23.9	
	あつやきたまご	さとう あぶら でんぶん	たまご		す みりん かつおだし しょうゆ こんぶだし しお		
	きんぴらごぼう	さとう ごま あぶら	ぶたにく さつまあげ	ごぼう にんじん こんにやく さやいんげん	しょうゆ みりん とうがらし		
	キムチいりみそしる	あぶら	とりにく とうふ あぶらあげ みそ	たまねぎ だいこん にんじん キムチ はねぎ	さばだし にぼしだし		
	ロールパン ぎゆうにゆう	パン	ぎゆうにゆう				
19 (水)	とりにくのからあげ	あぶら でんぶん	とりにく	にんにく	酒 しお こしょう	622 32.1	
	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 パプリカ とうもろこし こまつな	しお こしょう ドレッシング		
	ポークビーンズ	さとう あぶら じゃがいも	だいたい ぶたにく	たまねぎ にんじん	ケチャップ トマトピューレ ワイン スープストック しお ソース こしょう		
	さくらごはん ぎゆうにゆう	こめ	ぎゆうにゆう		しょうゆ しお		
	ひりゅうずのおろしだれかけ	パンこ でんぶん あぶら さとう ラード	たら ひじき とうにゆう	たまねぎ えだまめ にんじん だいこん しょうが	しょうゆ しお みりん		
20 (木)	もやしちゅうかあえ	ごまあぶら さとう		もやし きゅうり こまつな	しょうゆ す しお とうがらし	742 24.5	
	キャベツとにくだんごのスープ	でんぶん あぶら	ぶたにく とりにく	キャベツ にんじん チンゲンサイ たまねぎ	しょうゆ 酒 ちゅうかスープ しお こしょう がらスープ		
	ソフトめん ぎゆうにゆう	ソフトめん	ぎゆうにゆう				
	ミートソース	あぶら さとう	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん セロリー にんにく	ハヤシカ デミグラスソース ソース トマトピューレ こしょう ケチャップ ペッパーソース		
	ツナコロッケ	じゃがいも さとう パンこ こむぎこ こめこ あぶら	まぐろ	たまねぎ	しょうゆ しお		
21 (金)	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	830 31.9	
	ごはん ぎゆうにゆう	こめ	ぎゆうにゆう				
	いわしのかばやき	でんぶん あぶら さとう	いわし	しょうが	しょうゆ みりん 酒		
	もやしサラダ	ごまあぶら さとう		もやし こまつな にんじん	しょうゆ す しお とうがらし		
	やさいのうまに	ごまあぶら さとう でんぶん はるさめ	ぶたにく うずらたまご 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 酒 ちゅうかスープ しお こしょう		
24 (月)	ごはん ぎゆうにゆう	こめ	ぎゆうにゆう			659 27.3	
	ブルコギ	さとう あぶら	ぶたにく みそ	にんにく しょうが ねぶかねぎ たまねぎ りんご	しょうゆ トウバンジャン		
	やさいのナムル	ごま ごまあぶら		ほうれんそう もやし にんじん	しょうゆ		
	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		
	ロールパン ぎゆうにゆう	パン	ぎゆうにゆう				
25 (火)	かぼちゃひきにくフライ	さとう でんぶん パンこ こむぎこ あぶら	ぶたにく	かぼちゃ たまねぎ	しょうゆ ソース	602 22.3	
	ゆでとうもろこし			とうもろこし			
	アスパラガスのクリームに	あぶら クリーム マカロニ	ベーコン ぎゆうにゆう チーズ	たまねぎ にんじん アスパラガス しめじ	ホワイトルウ がらスープ しお こしょう コンソメ スープストック ワイン		
	ごはん ぎゆうにゆう	こめ	ぎゆうにゆう				
	あじみりんじょうゆづけ	さとう	あじ 		しょうゆ		
26 (水)	かふうあえ	はるさめ さとう ごまあぶら ごま		ほうれんそう にんじん もやし	しょうゆ す	752 32.2	
	にくじゃが	じゃがいも あぶら さとう	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		
	ごはん ぎゆうにゆう	こめ	ぎゆうにゆう				
	とりにくとレバーのケチャップあえ	でんぶん あぶら さとう	とりにく とりにく だいたい	しょうが	しょうゆ ケチャップ 酒 ソース		
	ツイストパン ぎゆうにゆう	パン	ぎゆうにゆう				
27 (木)	とりにくとレバーのケチャップあえ	でんぶん あぶら さとう	とりにく とりにく だいたい	しょうが	しょうゆ ケチャップ 酒 ソース	590 28.8	
	コールスローサラダ			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		
	コール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		
	こまつなとたまごのスープ	でんぶん	ベーコン たまご	たまねぎ にんじん こまつな えのきたけ	ちゅうかスープ しょうゆ しお こしょう		
	ごはん ぎゆうにゆう	こめ	ぎゆうにゆう				
28 (金)	とりにくとレバーのケチャップあえ	でんぶん あぶら さとう	とりにく とりにく だいたい	しょうが	しょうゆ ケチャップ 酒 ソース	767 35.7	
	コールスローサラダ			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		
	コール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		
	こまつなとたまごのスープ	でんぶん	ベーコン たまご	たまねぎ にんじん こまつな えのきたけ	ちゅうかスープ しょうゆ しお こしょう		
	ごはん ぎゆうにゆう	こめ	ぎゆうにゆう				