



令和6年度8・9月 学校給食献立表＜B＞ 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	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	
8月 28 (水)	わかめごはん めいろうにろう	こめ おおむぎ さとう あぶら	わかめ めいろうにろう		しお	604	坂部小
	ちくわのなんぶあげ	こむぎこ でんぶん ごま あぶら	ちくわ			27.7	
	きんぴらごぼう 	さとう あぶら	ぶたにく さつまあげ	ごぼう にんじん さやいんげん	しょうゆ みりん わふうだし とうがらし	766	
	きのこのたまごとじる	でんぶん	とりにく たまご	たまねぎ えのきたけ しいたけ にんじん ねぶかねぎ	しょうゆ しお かつおだし こんぶだし	34.1	
8月 29 (木)	ちゅうかめん めいろうにろう	ちゅうかめん	めいろうにろう			594	坂部小
	しょうゆラーメンスープ		ぶたにく なんと わかめ	チンゲンサイ にんじん ねぶかねぎ メンマ しょうが にんにく	しょうゆラーメンスープ 酒 しお がらスープ こしょう オイスターソース	23.7	
	はるまき	はるさめ こむぎこ でんぶん さとう みずあめ あぶら	ぶたにく だいずこ	たまねぎ にんじん キャベツ しょうが	しお しょうゆ	754	
	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	28.6	
8月 30 (金)	ごはん めいろうにろう	こめ	めいろうにろう			651	
	ツナそばろ	さとう あぶら	まぐろ たまご	えだまめ しょうが	しょうゆ しお 酒	29.6	
	そくせきづけ	ごま	こんぶ	キャベツ きゅうり にんじん	しお しょうゆ す		
	だんごじる 	じゃがいも でんぶん	ぶたにく あぶらあげ みそ	だいこん ごぼう はねぎ	さばだし にぼしだし しお	802	
	なし			なし		34.7	
2 (月)	～日本味めぐり給食の日(兵庫県)～ 兵庫県の有馬地方は山椒の産地で有名です。郷土料理の「ばち汁」も取り入れました。						
	ごはん めいろうにろう	こめ	めいろうにろう			618	
	さばのありまに	さとう みずあめ	さば		しょうゆ す さんしょう	29.7	
	はりはりづけ	さとう ごま ごまあぶら		きりぼしだいこん にんじん きゅうり	しょうゆ す	767	
	ばちじる	そうめん	とりにく とうふ	にんじん たまねぎ こまつな はねぎ しいたけ	しょうゆ しお かつおだし	34.4	
3 (火)	～住吉小学校のリクエスト献立～ 体の調子を整えることを意識したメニューを考えてくれました。						
	ロールパン めいろうにろう	パン	めいろうにろう			592	
	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	23.0	
	かいそうサラダ ナムルドレッシング		かいそう	キャベツ きゅうり	ドレッシング	772	
	フルーツポンチ	さとう	かんてん とうにろう	りんご ぶどう もも みかん バイン レモン	ワイン	28.6	
4 (水)	～吉田中学校のリクエスト献立～ 夏バテ防止効果のある食材をたくさん取り入れた献立を考えてくれました。						
	ごはん めいろうにろう	こめ	めいろうにろう			622	
	なつやさいカレー 	あぶら	とりにく チーズ	たまねぎ にんじん かぼちゃ なす セロリ トマト りんご しょうが にんにく	カレーウ チャツネ しお ソース カレーこ こしょう スープストック ワイン	26.0	
	ぶたにくとピーマンのいためもの	ごまあぶら さとう でんぶん	ぶたにく みそ	たけのこ ピーマン にんにく しょうが	しょうゆ みりん 酒	768	
	きゅうりとだいこんのサラダ かつおぶし わふうたまねぎドレッシング		かつおぶし	だいこん きゅうり にんじん とうもろこし	ドレッシング	30.9	
5 (木)	ミルクパン めいろうにろう	パン さとう マーガリン	めいろうにろう			601	細江小
	グラタン	じゃがいも こめこ みずあめ さとう	おから とうにろう だいず	とうもろこし たまねぎ 	しお	19.2	
	コールスローサラダ 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	842	
	チンゲンサイとにくだんごのスープ	でんぶん あぶら	とりにく ぶたにく	にんじん チンゲンサイ たまねぎ	しょうゆ 酒 コンソメ しお こしょう がらスープ	24.8	
6 (金)	ごはん めいろうにろう	こめ	めいろうにろう			620	細江小
	レバーいりユーリンチー	でんぶん あぶら さとう	とりにく とりレバー	ねぶかねぎ しょうが	しょうゆ す とうがらし 酒	26.8	
	はるさめサラダ	はるさめ ごま さとう ごまあぶら		きゅうり ほうれんそう にんじん	しょうゆ す しお	765	
	わかめスープ		ベーコン わかめ	キャベツ にんじん たけのこ ねぶかねぎ	しょうゆ スープストック しお こしょう がらスープ	31.3	
9 (月)	～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、黒はんぺんのお茶揚げにしました。						
	ごはん かつおふりかけ めいろうにろう	こめ ごま さとう こむぎこ	かつおぶし あおさ のり だいず めいろうにろう	ちゃ 	しょうゆ しお 	617	
	くろはんぺんのおちゃあげ	こむぎこ でんぶん あぶら	くろはんぺん	ちゃ		27.6	
	ごもくにまめ	さとう あぶら	だいず とりにく	ごぼう 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	786	
	ちゃんこじる		ぶたにく あぶらあげ	キャベツ もやし しめじ にんじん はねぎ	しょうゆ 酒 みりん しお かつおだし	32.5	
10 (火)	マーガリンパン めいろうにろう	パン マーガリン さとう	めいろうにろう			599	
	にくだんごのトマトソースかけ	パンこ でんぶん さとう あぶら	ぶたにく とりにく	たまねぎ ねぶかねぎ にんにく トマト	しお ケチャップ トマトピューレ ソース ワイン しょうゆ	24.0	
	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	839	
	とりにくとやさいのスープ		とりにく	しいたけ たまねぎ ねぶかねぎ たけのこ にんじん	コンソメ しお こしょう がらスープ	31.2	
11 (水)	ごはん めいろうにろう	こめ	めいろうにろう			593	坂部小
	ドライカレー	こむぎこ あぶら	ぶたにく	たまねぎ レーズン しょうが にんにく	オールスパイス カレーこ しお ソース ワイン	22.3	
	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	732	
	ビーフンスープ	ビーフン	ベーコン	チンゲンサイ たまねぎ にんじん はねぎ	ちゅうかスープ がらスープ しょうゆ しお こしょう	26.1	
							勝間田小
							細江小
							榛原中

※ 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8・9月 学校給食献立表＜B＞ 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			
(木)	メープルパン ギゆうにゆう	パン メープルシュガー マーガリン さとう	ギゆうにゆう			568	
	たまごロール	でんぶん さとう あぶら	たまご		しょうゆ かつおだし にぼしだし しお	27.0	
	やさいとツナのソテー	あぶら	まぐろ	もやし キャベツ	コンソメ しお こしょう	760	
	ラビオリスープ	こむぎこ パンこ さとう	とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん こまつな しめじ	しお スープストック しょうゆ こしょう	33.7	
～長寿の献立～ 敬老の日になんで、「ま・ご・は・や・さ・し・い」の頭文字から始まる体に良い食材を取り入れた献立です。							
(金)	むぎごはん ギゆうにゆう	こめ おおむぎ	ギゆうにゆう			641	
	さばのこうじづけ		さば		こうじ しお	27.2	
	ごまあえ	ごま さとう		ほうれんそう キャベツ にんじん	しょうゆ	794	
	みだくさんみそしる	じゃがいも	とうふ あぶらあげ わかめ みそ	こんにゃく しめじ たまねぎ	さばだし にぼしだし	31.8	
(火)	マーガリンいりせわりパン ギゆうにゆう	パン さとう マーガリン	ギゆうにゆう			632	
	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	26.7	
	キャベツサラダ	あぶら さとう		キャベツ こまつな にんじん	しょうゆ す	848	
	チンゲンサイのクリームスープ	おおむぎ あぶら	ベーコン ギゆうにゆう チーズ	チンゲンサイ たまねぎ にんじん とうもろこし	ホウイッドルウ スープストック しお こしょう ワイン からスープ	33.0	
～お月見献立～ 十五夜になんで、さといもやお月見デザートを取り入れた献立です。							
(水)	ごはん ギゆうにゆう	こめ	ギゆうにゆう			621	
	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	24.7	
	もやしとこまつなののりあえ	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		
	つきなじる	さといも	うずらたまご かまぼこ	だいこん こまつな にんじん	しょうゆ しお かつおだし	783	
(木)	おつきみデザート	さとう みずあめ あぶら	かんてん	みかん レモン		29.2	
	アップルパン ギゆうにゆう	パン さとう	ギゆうにゆう	りんご		624	
	チキンナゲット	こむぎこ でんぶん さとう あぶら	とりにく だっしふんにゆう		しお しょうゆ コンソメ	23.8	
	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	850	
(金)	やさいのようふうに	じゃがいも	ウインナー	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 からスープ	31.2	
～ふるさと給食の日「よし吉ランチ」～ 吉田港で水揚げされたしらすをかき揚げにしました。							
(金)	さくらごはん ギゆうにゆう	こめ	ギゆうにゆう		しょうゆ 酒 しお	633	
	しらすのだいずのかきあげ	こむぎこ でんぶん あぶら	しらす だいず	たまねぎ はねぎ	しお	23.7	
	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 もやし にんじん	しょうゆ す		
	かきたまじる 	でんぶん	とうふ たまご かまぼこ わかめ	たまねぎ にんじん 	しょうゆ しお かつおだし こんぶだし	780	
(火)	ぶどう			ぶどう		27.4	
(火)	うどん ギゆうにゆう	うどん 	ギゆうにゆう			632	
	ごもくうどんつゆ	でんぶん	とりにく かまぼこ あぶらあげ	たまねぎ にんじん ねぶかねぎ しいたけ	しょうゆ みりん しお かつおだし	24.5	
	だいがくいも	さつまいも あぶら ごま さとう			しょうゆ す	778	
	やさいのアーモンドあえ	アーモンド さとう		こまつな キャベツ もやし	しょうゆ	29.5	
(水)	ごはん ギゆうにゆう	こめ	ギゆうにゆう			608	榛原中
	あつやきたまご	さとう あぶら	たまご		しょうゆ す こんぶだし しお	22.4	
	やさいのゆかりあえ	さとう		キャベツ きゅうり しそ	しお うめず	774	
	じゃがいものそばろに	じゃがいも さとう でんぶん あぶら	とりにく あつあげ	たまねぎ にんじん グリーンピース	しょうゆ	26.9	
(木)	ロールパン ギゆうにゆう	パン	ギゆうにゆう			632	榛原中
	とりにくのバーベキューソースかけ	さとう	とりにく	しょうが にんにく りんご レモン	ワイン しょうゆ	24.5	
	きのこスパゲッティ 	スパゲッティ あぶら	ウインナー	たまねぎ エリンギ マッシュルーム しめじ にんじん	コンソメ しお こしょう	778	
	ミネストローネ		ベーコン だいず	キャベツ 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	29.5	
(金)	ごはん ギゆうにゆう	こめ	ギゆうにゆう			608	榛原中
	マーボーはるさめ	はるさめ ごまあぶら さとう でんぶん	ぶたにく みそ	たまねぎ キャベツ にんじん たけのこ ねぶかねぎ 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	22.4	
	えびしゅうまい	パンこ でんぶん さとう みずあめ こむぎこ	えび たら	たまねぎ	しお ほたてだし	774	
	きゅうりのひたひた	さとう ごまあぶら		きゅうり	しょうゆ す とうがらし	26.9	
(月)	ごはん ギゆうにゆう	こめ	ギゆうにゆう			628	
	ハンバーグオニオンソース	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 しょうが	ケチャップ しお しょうゆ みりん	28.1	
	おひたし かつおぶし	さとう	かつおぶし	ほうれんそう キャベツ もやし	しょうゆ	790	
	さつまじる	さつまいも 	とりにく あぶらあげ みそ	だいこん にんじん ねぶかねぎ	にぼしだし さばだし	33.5	