



令和6年度 1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			
9 (木)	ごはん のりふりかけ ぎゅうにゅう	こめ さとう でんぷん	かつおぶし のり ぎゅうにゅう	ちゃ	しお	602	
	さばのさんしょうに	さとう みずあめ	さば		しょうゆ す さんしょう	27.1	
	きんぴらごぼう	さとう あぶら ごま	ぶたにく さつまあげ	ごぼう にんじん こんにゃく さやいんげん	しょうゆ みりん とうがらし	773	
	ななくさじる		とりにく かまぼこ	にんじん だいこん かぶ はくさい ほうれんそう せり	しょうゆ しお かつおだし	33.6	
10 (金)	ミルクパン ギゅうにゅう	パン さとう マーガリン	ぎゅうにゅう			618	
	ハンバーグ	さとう じゃがいも あぶら でんぷん	ぶたにく とりにく	たまねぎ	ケチャップ しお ソース ワイン	26.7	
	キャベツサラダ	あぶら さとう		キャベツ こまつな もやし	しょうゆ す	839	
	やさいのようふうに	じゃがいも	とりにく 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 がらスープ こしょう	34.6	
14 (火)	ごはん ギゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			627	
	かつおコロッケ	じゃがいも さとう パンこ こむぎこ でんぷん あぶら	かつお	たまねぎ	しょうゆ しお こしょう	23.7	
	こまつなのアーモンドあえ	アーモンド さとう		こまつな キャベツ もやし	しょうゆ	776	
	すきやきに	あぶら さとう	ぶたにく やきどうふ	はくさい たまねぎ ねぶかねぎ にんじん こんにゃく	しょうゆ 酒 みりん	28.0	
15 (水)	パンブキンパン ギゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう	かぼちゃ		593	
	グラタン	じゃがいも こめこ みずあめ あぶら さとう でんぷん	とりにゅう おから だいずこ	たまねぎ にんじん どうもろこし ほうれんそう	しお	22.3	
	スパゲッティソース	スパゲッティ オリーブオイル	ベーコン	たまねぎ エリンギ しめじ にんにく	コンソメ しお こしょう	813	
	やさいスープ		とりにく	キャベツ もやし にんじん ねぶかねぎ	コンソメ がらスープ しお	28.6	
～ふるさと給食の日「チャーフィンランチ」・川崎小学校リクエスト給食①～ 牧之原市産の茶を使ってちくわのお茶揚げを作りました。							
16 (木)	さくらごはん ギゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		しょうゆ 酒 しお	590	
	ちくわのお茶あげ	こむぎこ でんぷん あぶら	ちくわ	ちゃ		24.0	
	かいそうサラダ ナムルドレッシング		かいそう	もやし きゅうり	ドレッシング	749	
	みそしる	さといも	とうふ あぶらあげ みそ	だいこん ねぶかねぎ	さばだし にぼしだし	29.7	
	いちご			いちご			
17 (金)	マーガリンパン ギゅうにゅう	パン マーガリン さとう	ぎゅうにゅう			618	
	にくだんごのオニオンソースあえ	さとう でんぷん パンこ あぶら	とりにく ぶたにく	たまねぎ しょうが	しょうゆ しお みりん	21.3	
	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	859	
	はくさいとベーコンスープ		ベーコン	はくさい たまねぎ にんじん はねぎ	ちゅうかスープ しょうゆ しお こしょう	28.2	
～中央小学校リクエスト給食～ 人気のある鶏肉の唐揚げや旬の地域の食べ物「大根」を取り入れました。							
20 (月)	ごはん ギゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			648	
	とりにくのからあげ	でんぷん あぶら	とりにく	しょうが	酒 しょうゆ しお	29.5	
	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	793	
	みだくさんみそしる		とうふ あぶらあげ みそ	こんにゃく たまねぎ はねぎ	さばだし にぼしだし	34.7	
	みかん			みかん			
21 (火)	ごはん ギゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			587	
	さばのカレーじょうゆやき		さば		しょうゆ みりん カレーこ	25.6	
	きりぼしだいこんのごますあえ	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	754	
	たぬきじる	でんぷん	さつまあげ あぶらあげ みそ	こんにゃく ごぼう にんじん はねぎ えのきたけ しょうが	かつおだし しょうゆ しお	32.5	
～川崎小学校リクエスト給食②～ クリームシチューやサラダに色とりどりの野菜を取り入れました。							
22 (水)	ロールパン ギゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			627	
	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	28.0	
	ブロッコリーサラダ イタリアンドレッシング			ブロッコリー キャベツ どうもろこし	ドレッシング しお こしょう	815	
	クリームシチュー	じゃがいも あぶら でんぷん クリーム	ベーコン ギゅうにゅう	たまねぎ にんじん パセリ	ホワイトルウ スープストック しお こしょう がらスープ	35.0	

※ 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 1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) 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			
～行事食：学校給食週間(郷土食献立)～静岡県の郷土料理「しずおかおでん」を取り入れました。							
(木)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			605	
	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 こんぶエキス	24.9	
	ゆかりあえ	さとう		きゅうり キャベツ あかしそ	しお	753	
	しずおかおでん	じゃがいも さとう	ぶたにく ちくわ さつまあげ くろはんぺん こんぶ	にんじん だいこん こんにゃく	しょうゆ みりん	29.5	
～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干してつくる「しらす干し」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			624	
	のっぺいうどんつゆ	でんぶん	ぶたにく かまぼこ	ごぼう しめじ にんじん ねぶかねぎ こんにゃく	かつおだし 酒 しょうゆ みりん しお	28.5	
	しらすただいずのかきあげ	こむぎこ でんぶん あぶら	しらすただいず	にんじん たまねぎ はねぎ	しお	752	
	いそかあえ		のり	ほうれんそう キャベツ もやし	しょうゆ	33.7	
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			623	
	アドボ	あぶら さとう でんぶん	とりにく うずらたまご	たまねぎ にんにく	しょうゆ 酒 す しお こしょう	22.3	
	カモテサラダ マヨネーズ	さつまいも マヨネーズ		キャベツ きゅうり	しお こしょう	772	
	ワンタンスープ	こむぎこ	ベーコン	チンゲンサイ にんじん しいたけ	がらスープ しょうゆ 酒 スープストック しお こしょう	26.1	
(火)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			582	
	ぎょうざ	さとう こむぎこ あぶら	ぶたにく とりにく	キャベツ たまねぎ にら しょうが	しょうゆ しお	22.7	
	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	753	
	キムチなべ	あぶら	ぶたにく とうふ	はくさい キムチ にんじん にら ねぶかねぎ しょうが にんにく	スープストック キムチのもと しょうゆ しお がらスープ	27.2	
(水)	ロールパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			584	
	しろみぎかなフライ	こむぎこ でんぶん パンこ あぶら	ホキ		しお こしょう	25.9	
	やさしいソテー	あぶら	ウインナー	キャベツ エリンギ とうもろこし	コンソメ しお こしょう	767	
	ミネストローネスープ	マカロニ 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	32.6	
(木)	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ	ぎゅうにゅう			613	
	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	カレールー 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	22.8	
	にたまご		たまご		みりん しお	764	
	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	27.0	
(金)	ロールパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			615	
	ぶたにくとコーンのあげに	でんぶん さとう あぶら	ぶたにく	とうもろこし しょうが	酒 しょうゆ	28.7	
	ごぼうサラダ ごまドレッシング	ごま さとう		ごぼう きゅうり にんじん	しょうゆ みりん ドレッシング	799	
	レタスとたまごのスープ	でんぶん	たまご ベーコン	たまねぎ レタス にんじん	しょうゆ コンソメ しお こしょう	35.3	



日本の学校給食の始まりは、明治22年までさかのぼります。山形県鶴岡町(現在の鶴岡市)にある大督寺というお寺に開校された私立忠愛小学校で、貧しくてお弁当を持ってこれない子どもたちのために、食事を提供したのが始まりとされています。その後、全国各地へと学校給食が広がっていきましたが、戦争の影響で中断されてしまいました。

戦争が終わり、子どもたちの栄養状態を改善するために、アメリカのLARA(アジア救援公認団体)からの援助物資で学校給食が再開されることになりました。そして、昭和21年12月24日に給食用物資の贈呈式が行われ、この日を「学校給食感謝の日」とすることが定められました。昭和25年度からは冬休みと重ならない1月24日～30日の1週間を「全国学校給食週間」とし、学校給食の意義や役割について理解や関心を高めることなどを目的に、毎年、全国でさまざまな行事が行われます。



昔の給食を覚えてみよう!

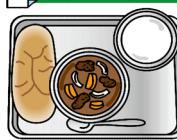
昭和22年ごろ



トマトシチュー・ミルク

LARA 物資の脱脂粉乳や缶詰を使って、給食が作られました。ミルクは、牛乳から脂肪分を取り除いて乾燥させた「脱脂粉乳」をお湯で溶いたもので、独特な風味で苦手な子どもが多かったようです。

昭和25年ごろ



コッペパン・ミルク・カレーシチュー

アメリカから寄贈された小麦粉を使い、パン・ミルク・おかずの「完全給食」が始まりました。おかしには、当時は安価だったクワ肉やちくわがよく使われていました。

昭和40年ごろ



ソフトめん五目あんかけ・牛乳・豆腐あえ・みかん

パン以外の主食として、昭和38年ごろからソフトめん(ソフトスパゲッティ式めん)が導入されました。牛乳は、昭和33年から一部地域で供給され、昭和39年に本格的な供給が始まりました。

昭和51年ごろ



カレーライス・牛乳・サラダ・バナナ

昭和51年に米飯(ご飯)が正式に導入されました。当時は、ご飯を炊く設備がない所が多く、おかずを作る釜で、ご飯とおかずの両方を調理するため、回数は多くありませんでした。