



令和6年度2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		
～行事食：節分献立～ 節分にちなんで、いわしと節分豆を献立に取り入れました。								
3 (月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			623 27.0		
	いわしのうめ	さとう みずあめ でんぶ	いわし かつおぶし	うめ	しょうゆ こんぶだし うめず			
	きんぴらごぼう	ごまあぶら さとう ごま	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			
	いものこじる	さといも	ぶたにく あぶらあげ	だいこん にんじん こんにゃく ねぶかねぎ しょうが	しょうゆ 酒 みりん かつおだし しお	789 32.5		
	せつぶんまめ		だいず					
4 (火)	ロールパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			603 21.5		
	キャベツメンチカツ	パンこ こむぎこ でんぶ さとう あぶら	ぶたにく とり	キャベツ	しお しょうゆ			
	ごぼうサラダ ごまドレッシング	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	816 27.6		
	ミネストローネスープ	さとう	ウインナー だいず	たまねぎ にんじん トマト セロリー にんにく	ケチャップ コンソメ しお こしょう がらスープ ワイン			
～日本味めぐり給食の日（京都府）～ 家庭料理の定番である肉じゃがは、京都の舞鶴発祥の料理とされています。								
5 (水)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			607 27.1		
	あかうおのさいきょうやき	さとう	あかうお みそ		しお 酒かす			
	しおこんぶのそくせきづけ	ごま さとう	こんぶ	キャベツ きゅうり	しょうゆ す しお	756 32.0		
	まいづるのにくじゃが	じゃがいも あぶら さとう	ぶたにく あつあげ	たまねぎ にんじん こんにゃく グリーンピース	しょうゆ わふうだし 酒			
～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干してつくる「ちりめんじゃこ」を使っています。								
6 (木)	しよくパン チョコレートクリーム ぎゅうにゅう	パン みずあめ さとう カカオ れんにゅう ココア	ぎゅうにゅう			619 25.6		
	にくだんごのてりやきソースかけ	あぶら さとう でんぶ	とり ぶたにく	たまねぎ にんにく しょうが	しょうゆ しお			
	しらすいりスパゲッティ	スパゲッティ オリーブオイル	ベーコン しらすぼし	たまねぎ にんじん ピーマン にんにく	ケチャップ トマトピューレー コンソメ しお こしょう	762 31.6		
	やさいのようふう	じゃがいも	ウインナー	たまねぎ だいこん にんじん	スープストック しお こしょう がらスープ			
7 (金)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			643 24.3		
	あげぎょうざ	でんぶ あぶら さとう こむぎこ ラード	とり	キャベツ たまねぎ にんにく しょうが	しょうゆ しお			
	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			
	マーボーだいこん	ごまあぶら さとう でんぶ	とうふ ぶたにく みそ	だいこん たまねぎ たけのこ にんじん 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 酒 ちゅうかスープ トウバンジャン	828 29.4		
10 (月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			697 22.8		
	カマスフライ	こむぎこ パンこ あぶら	カマス		しお			
	キャベツサラダ ごまドレッシング			キャベツ きゅうり えだまめ	ドレッシング			
	ハヤシチュー	じゃがいも あぶら	ぶたにく	たまねぎ にんじん セロリー にんにく	ハヤシルウ ケチャップ デミグラスソース ソース スープストック がらスープ ワイン しお こしょう	873 27.4		
12 (水)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			612 27.7		
	とりそば	さとう あぶら	とり たまご	えだまめ しょうが	しょうゆ 酒 しお			
	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	757 32.8		
	はくさいのみそしる	さといも	とうふ あぶらあげ みそ	はくさい たまねぎ にんじん ねぶかねぎ	さばだし にぼしだし			
～細江小学校リクエスト給食～ 「レタス」「ブロッコリー」などの旬の食材や、みんなが好きなものをたくさん取り入れた献立です。								
13 (木)	ミルクパン ぎゅうにゅう	パン マーガリン さとう	ぎゅうにゅう			610 23.7		
	ハムチーズフライ	パンこ こむぎこ あぶら	ソーセージ チーズ					
	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 にんじん	ドレッシング	851		
	レタスとたまごのスープ	でんぶ	ベーコン たまご	レタス たまねぎ にんじん とうもろこし	しお こしょう スープストック がらスープ	31.3		
	～細江小学校リクエスト給食～ 旬の食材を意識しながら、献立を考えてくれました。みそ汁には、旬の食べものがたくさん入っています。							
14 (金)	わかめごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ あぶら さとう	ぎゅうにゅう わかめ		しお	643 26.2		
	とりにくのハーブやき	オリーブオイル	とり	にんにく	しお こしょう バジル オレガノ 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	793 30.9		
	いまがしゅんのやさしみそしる		とうふ あぶらあげ みそ	だいこん はくさい こまつな ねぶかねぎ	さばだし にぼしだし			

※ 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。

★★★ 「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2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			
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			614	
	いわしのかばやき	あぶら でんぶん さとう	いわし	しょうが	しょうゆ みりん 酒	25.5	
	かふうあえ	はるさめ さとう ごまあぶら		ほうれんそう きゅうり にんじん	しょうゆ す しお	770	
	かきたまじる	でんぶん	とりにく たまご とうふ かまぼこ	たまねぎ にんじん こまつな	しょうゆ しお かつおだし こんぶだし	30.6	
(火)	ソフトめん ぎゅうにゅう	めん	ぎゅうにゅう			633	
	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 りんご	ハヤシルウ トマトピューレ デミグラスソース ケチャップ ソース こしょう	29.0	
	チキンナゲット	こむぎこ あぶら ラード パンこ	とりにく	にんにく	しょうゆ しお チキンスープ	797	
	やさいとウインナーのソテー	あぶら	ウインナー	こまつな もやし にんじん	コンソメ しお こしょう	36.1	
～ふじっぴー給食～ 2月23日の富士山の日にちなみ、かつお、レタスなど静岡県の食材を使った献立です。							
(水)	ごはん のりふりかけ ぎゅうにゅう	こめ さとう	かつおぶし のり ぎゅうにゅう	ちゃ	しお	618	
	かつおフライ	パンこ こむぎこ でんぶん あぶら	かつお		しお こしょう	27.5	
	はるさめサラダ	はるさめ さとう ごまあぶら ごま		きゅうり ほうれんそう にんじん	しょうゆ す しお	768	
	レタスととりにくのスープ	じゃがいも	とりにく	レタス たまねぎ にんじん	しょうゆ コンソメ しお こしょう がらスープ	32.8	
(木)	マーガリンいりバーガーパン ぎゅうにゅう	パン マーガリン さとう	ぎゅうにゅう			639	
	ハンバーグ	さとう	とりにく ぶたにく	たまねぎ しょうが にんにく トマト	ケチャップ ソース しお ワイン	25.7	
	ビーフンソテー	ビーフン あぶら	ぶたにく	キャベツ にんじん もやし	コンソメ しょうゆ しお こしょう	872	
	やさいスープ		ベーコン	たまねぎ にんじん ほうれんそう はくさい	しょうゆ ちゅうかスープ 酒 しお こしょう がらスープ	32.7	
～ふるさと給食の日「チャーフィンランチ」・勝間田小リクエスト献立～ 牧之原市産の茶を使って竹輪のお茶揚げを作りました。							
(金)	さくらごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう	チャーフィン ランチ	しょうゆ 酒 しお	593	
	ちくわのおちやあげ	こむぎこ でんぶん あぶら	ちくわ	ちゃ		23.1	
	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 しお とうがらし		
	みだくさんみそしる		とうふ あぶらあげ みそ	だいこん にんじん こんにやく ごぼう ねぶかねぎ りんご	さばだし にぼしだし	755	
(火)	ツイストパン ぎゅうにゅう コーヒーぎゅうにゅうのもと とりにくの バーベキューソースかけ マカロニサラダ マヨネーズ	パン さとう	ぎゅうにゅう		コーヒー	632	
		さとう	とりにく	しょうが にんにく レモン りんご	ワイン しょうゆ	26.9	
		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	810	
	やさいとにくだんごのスープ	あぶら でんぶん	とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん こまつな	しょうゆ しお こしょう ちゅうかスープ がらスープ	33.4	
(水)	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ	ぎゅうにゅう			662	
	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 セロリー しょうが にんにく	カレーウ カレーコ ソース ワイン スープストック しお チャツネ こしょう	24.8	
	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	815	
	やさいの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	29.0	
(木)	せわりパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			600	
	トマトポークチャップ	あぶら さとう でんぶん	ぶたにく	たまねぎ 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	30.3	
	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 にんじん	しお こしょう ドレッシング	777	
	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	スープストック しお こしょう しょうゆ がらスープ	37.4	
(金)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			617	
	あじナゲット	あぶら さとう こむぎこ でんぶん	あじ いとよりだい きんとときだい	たまねぎ	しょうゆ しお ポークエキス	23.9	
	ゆかりあえ	さとう		きゅうり キャベツ あかじそ	しお	791	
	ぶたにくとだいこんのいために	あぶら さとう でんぶん	ぶたにく あつあげ さつまあげ	だいこん にんじん こんにやく さいいんげん しょうが にんにく	酒 しょうゆ スープストック	29.4	



食事中にふざけず
ないことを話す



食事中に勝手に
席を立つ



ふざけながら食べる

ちょっと待って！
それは給食マナー違反！

マナーを守って、
楽しく食事をしましょう。



早食い競争をする



食器の首を立てる



口に食べ物が入った
まま話す