



# 令和7年度 4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<br>(Kcal)<br>たんぱく質(g) | 欠食校<br>(学年欠食<br>は含まれ<br>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                           |  |                             |                              |
| 8<br>(火)  | ごはん ぎゅうにゅう              | こめ                           | ぎゅうにゅう               |   |  | 613<br>30.0                 | 自彊小                          |
|   | ツナいりたまごやき               | 油                            | たまご まぐろ チーズ          | たまねぎ ほうれんそう                               | 塩 こしょう                                     |                             |                              |
|   | きんぴらごぼう                 | 油 さとう                        | 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 和風だし<br>とうがらし                     |                             |                              |
|   | とんじる                    |                              | ぶたにく とうふ あぶらあげ<br>みそ | だいこん たまねぎ にんじん<br>こんにゃく ねぶかねぎ             | さばだし にぼしだし                                 |                             |                              |
| 9<br>(水)  | コーンピラフ ぎゅうにゅう           | こめ おおむぎ 油                    | ウインナー ぎゅうにゅう         | たまねぎ にんじん ピーマン<br>とうもろこし                  | コンソメ 塩 こしょう 酒                              | 608<br>20.5                 | 中央小                          |
|   | くろはんぺんフライ               | こむぎこ パンこ 油                   | くろはんぺん               |   |  |                             |                              |
|   | いそべポテト                  | じゃがいも                        | あおのり                 |   | 塩 こしょう                                     |                             |                              |
|   | はるさめスープ                 | はるさめ でんぷん                    | ぶたにく                 | たまねぎ にんじん こまつな<br>しょうが                    | しょうゆ スープストック<br>塩 こしょう がらスープ               |                             |                              |
| 10<br>(木)   | ごはん ぎゅうにゅう              | こめ                           | ぎゅうにゅう               |   |  | 617<br>23.0                 | 自彊小                          |
|   | マーボー豆腐                  | ごま油 さとう でんぷん                 | とうふ ぶたにく みそ          | たまねぎ たけのこ にんじん<br>ねぶかねぎ しいたけ しょうが<br>にんにく | トウバンジャン しょうゆ<br>オイスターソース 酒<br>中華スープ        |                             |                              |
|   | あげぎょうざ                  | 油 こむぎこ でんぷん<br>さとう           | ぶたにく                 | キャベツ たまねぎ なら しょうが                         | しょうゆ 塩                                     |                             |                              |
|   | しおこんぶのそくせきづけ            | さとう                          | こんぶ                  | キャベツ きゅうり                                 | しょうゆ 塩                                     |                             |                              |
| ～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。 |                         |                              |                      |   |  |                             |                              |
| 11<br>(金)   | 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               |   |  | 627<br>26.1                 | 中央小                          |
|   | ハンバーグオニオンソース            | 油 さとう でんぷん                   | とりにく ぶたにく            | たまねぎ しょうが にんにく トマト                        | しょうゆ みりん 塩                                 |                             |                              |
|   | しらすいりスパゲッティ             | スパゲッティ 油                     | ベーコン しらすぼし           | たまねぎ にんにく パセリ                             | ケチャップ トマトピューレ<br>酒 ソース コンソメ<br>塩 こしょう      |                             |                              |
|   | やさいスープ                  | でんぷん                         | ウインナー                | たまねぎ にんじん キャベツ<br>もやし                     | がらスープ しょうゆ 塩<br>コンソメ こしょう                  |                             |                              |
| 14<br>(月)   | ごはん ぎゅうにゅう              | こめ                           | ぎゅうにゅう               |   |  | 608<br>27.4                 | 中央小                          |
|   | ブルコギ                    | ごま油 さとう                      | ぶたにく みそ              | たまねぎ ねぶかねぎ しょうが<br>にんにく りんご               | しょうゆ トウバンジャン                               |                             |                              |
|   | ナムル                     | ごま油 ごま                       |                      | ほうれんそう もやし にんじん                           | しょうゆ                                       |                             |                              |
|   | ワンタンスープ                 | ワンタンのかわ                      | とりにく                 | キャベツ こまつな たまねぎ                            | しょうゆ がらスープ 塩<br>スープストック こしょう               |                             |                              |
| 15<br>(火)   | ごはん のりふりかけ<br>ぎゅうにゅう    | こめ さとう                       | かつおぶし のり<br>ぎゅうにゅう   | ちゃ  | 塩  | 604<br>25.4                 | 中央小                          |
|   | とうふステーキ<br>そぼろあんかけ      | さとう でんぷん 油                   | ぶたにく とうにゅう           | しょうが                                      | しょうゆ 酒                                     |                             |                              |
|   | ごぼうサラダ<br>ごまドレッシング      | さとう                          |                      | ごぼう きゅうり にんじん                             | ドレッシング しょうゆ<br>みりん                         |                             |                              |
|   | かきたまじる                  | でんぷん                         | とりにく とうふ たまご<br>なると  | たまねぎ ほうれんそう                               | かつおだし こんぶだし<br>しょうゆ 塩                      |                             |                              |
| 16<br>(水)   | ロールパン ぎゅうにゅう            | パン                           | ぎゅうにゅう               |   |  | 629<br>29.0                 | 中央小                          |
|   | しろみじかなフライ               | 油 パンこ こむぎこ<br>でんぷん           | ホキ                   |   | 塩 こしょう                                     |                             |                              |
|   | キャベツサラダ                 | さとう 油                        |                      | キャベツ きゅうり もやし                             | しょうゆ す                                     |                             |                              |
|   | ポークビーンズ                 | じゃがいも 油 さとう                  | ぶたにく だいず             | たまねぎ にんじん                                 | ケチャップ トマトピューレ<br>ワイン ソース 塩<br>スープストック こしょう |                             |                              |
| ～行事食 入学・進級お祝い献立～ みなさんの入学や進級をお祝いした献立です。                    |                         |                              |                      |   |  |                             |                              |
| 17<br>(木)   | 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 塩                                   | 662<br>26.9                 | 中央小                          |
|   | とりにくのからあげ               | 油 でんぷん                       | とりにく                 | しょうが にんにく                                 | 酒 塩 こしょう                                   |                             |                              |
|   | きゅうりのなんばんづけ             | さとう ごま油                      |                      | きゅうり                                      | しょうゆ す 塩 とうがらし                             |                             |                              |
|   | すましじる                   | でんぷん                         | とうふ                  | にんじん たまねぎ ほうれんそう                          | しょうゆ 塩 かつおだし<br>こんぶだし                      |                             |                              |
|   | おいわいデザート                | 油 さとう こめこ<br>みずあめ でんぷん       | とうにゅう                | いちご レモン                                   |  |                             |                              |
| 18<br>(金)   | しょくぼん メイブルジャム<br>ぎゅうにゅう | パン みずあめ さとう<br>メイブルシロップ      | かんてん ぎゅうにゅう          |   |  | 606<br>18.8                 | 中央小                          |
|   | グラタン                    | じゃがいも こめこ みずあめ<br>油 さとう でんぷん | とうにゅう おから            | たまねぎ にんじん とうもろこし<br>ほうれんそう                | 塩  |                             |                              |
|   | マカロニサラダ<br>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                            | 塩 こしょう                                     |                             |                              |
|   | やさいとにくだんごのスープ           | 油 でんぷん                       | とりにく ぶたにく            | たまねぎ にんじん こまつな                            | しょうゆ 酒 中華スープ 塩<br>こしょう がらスープ               |                             |                              |

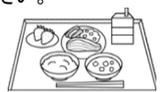
※ 物資の都合により献立が変更になる場合があります。

※ 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7年度 4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<br>(Kcal)<br>たんぱく質(g) | 欠食校<br>(学年欠食<br>は含みま<br>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                     |  |                             |                             |
| 21<br>(月)  | ごはん ぎゅうにゅう          | こめ                | ぎゅうにゅう             |                                     |  | 592                         |                             |
|  | にくしゅうまい             | でんぶん さとう こむぎこ     | ぶたにく とりにく たら       | たまねぎ                                | しょうゆ 塩                                       | 23.8                        |                             |
|  | やさいのたくあんあえ          |                   |                    | キャベツ きゅうり たくあん                      | 塩  | 752                         |                             |
|  | あつあげのちゅうかに          | ごま油 さとう でんぶん      | あつあげ ぶたにく          | はくさい にんじん たけのこ<br>しょうが にんにく         | 酒 中華スープ しょうゆ<br>塩 こしょう                       | 29.3                        |                             |
| 22<br>(火)  | ごはん ぎゅうにゅう          | こめ                | ぎゅうにゅう             |                                     |  | 652                         |                             |
|  | ポークカレー              | じゃがいも 油           | ぶたにく チーズ           | たまねぎ にんじん トマト セロリー<br>しょうが にんにく りんご | カレールー チャツネ 塩<br>カレーコ ソース ワイン<br>スープストック こしょう | 24.6                        |                             |
|  | だいずとにぼしのあげに         | でんぶん さとう 油        | だいず にぼし            |                                     | しょうゆ   | 802                         |                             |
|  | やさいのレモンじょうゆあえ       | さとう               |                    | きゅうり キャベツ もやし レモン                   | しょうゆ みりん                                     | 28.8                        |                             |
| 23<br>(水)  | 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             |                                     |  | 612                         |                             |
|  | にくだんごのトマトソースあえ      | 油 パンこ でんぶん<br>さとう | ぶたにく とりにく          | たまねぎ にんにく トマト                       | ケチャップ トマトピューレ<br>ソース ワイン しょうゆ 塩              | 20.9                        |                             |
|  | コールスローサラダ           |                   |                    | キャベツ きゅうり とうもろこし                    | ドレッシング 塩 こしょう                                | 853                         |                             |
|  | コールスロードレッシング        |                   |                    | だいこん たまねぎ にんじん<br>チンゲンサイ            | スープストック 塩<br>がらスープ こしょう                      | 27.9                        |                             |
| 24<br>(木)  | わかめごはん ぎゅうにゅう       | こめ おおむぎ 油 さとう     | わかめ ぎゅうにゅう         |                                     |  | 606                         |                             |
|  | あつやきたまご             | さとう でんぶん 油        | たまご                |                                     | す しょうゆ 塩                                     | 26.3                        |                             |
|  | ゆかりあえ               | さとう               |                    | きゅうり キャベツ あかじそ                      | 塩  | 750                         |                             |
|  | ぶたにくとだいこんのいために      | 油 さとう ごま油 でんぶん    | ぶたにく あつあげ<br>さつまあげ | だいこん にんじん こんにやく<br>さやいんげん しょうが にんにく | しょうゆ 酒 スープストック                               | 31.3                        |                             |
| ～ふるさと給食の日「チャーフィンランチ」～ 鶏肉の緑茶風味焼きには、牧之原市産のお茶を使用しました。 |                     |                   |                    |                                     |  |                             |                             |
| 25<br>(金)  | ツイストパン ぎゅうにゅう       | パン                | ぎゅうにゅう             |                                     |  | 600                         |                             |
|  | 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               | ちゃ にんにく                             | 塩 こしょう ワイン                                   | 28.0                        |                             |
|  | ビーフソテー              | 油 ビーフ             | ベーコン               | キャベツ もやし にんじん<br>こまつな               | コンソメ しょうゆ 塩<br>こしょう                          | 775                         |                             |
|  | ミネストローネスープ          | じゃがいも             | ウインナー だいず          | たまねぎ にんじん セロリー<br>トマト にんにく          | ケチャップ コンソメ 塩<br>ワイン こしょう                     | 34.9                        |                             |
| 28<br>(月)  | ごはん ぎゅうにゅう          | こめ                | ぎゅうにゅう             |                                     |  | 623                         | 住吉小                         |
|  | さばのしおこうじやき          |                   | さば                 |                                     | 塩 こうじ  | 24.1                        |                             |
|  | かふうあえ               | はるさめ さとう ごま油      |                    | ほうれんそう きゅうり にんじん                    | しょうゆ す 塩                                     | 777                         |                             |
|  | いもだんごじる             | じゃがいも でんぶん        | とうふ あぶらあげ          | だいこん にんじん ごぼう<br>こんにやく ねぶかかねぎ       | しょうゆ 塩 かつおだし                                 | 28.7                        |                             |
| 30<br>(水)  | ロールパン ぎゅうにゅう        | パン                | ぎゅうにゅう             |                                     |  | 593                         |                             |
|  | とりにくとレバーのチリソースあえ    | 油 でんぶん さとう        | とりにく とりレバー         | たまねぎ しょうが にんにく                      | ケチャップ チリソース 塩<br>スープストック しょうゆ 酒              | 29.1                        |                             |
|  | かいそうサラダ<br>ナムドレッシング |                   | わかめ こんぶ とさかのり      | キャベツ きゅうり                           | ドレッシング                                       | 772                         |                             |
|  | 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<br>チンゲンサイ          | スープストック 塩 こしょう<br>しょうゆ がらスープ                 | 36.6                        |                             |

学校給食は「食」を学ぶ時間です!

学校給食は単なる食事の時間ではなく、「学校給食法」に基づき実施される教育活動です。栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子どもたちの健全な発達を支えることはもちろん、健康によい食事や食文化、地場産物、食事のマナーなど、さまざまなことを学ぶための時間です。



給食では旬の食材を取り入れています。骨のある魚、皮付きの果物など、食べるのにひと手間かかるものは面倒だからと敬遠されがちです。食べ方がわからない場合もありますので、ご家庭でも食べ方を教えていただければと思います。また、給食で初めて食べる食品でアレルギー症状が出ることがあります。献立表を確認いただき、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に試していただくと安心です。

学校給食の目標のポイント

※「学校給食法」  
第二条より  
抜粋・要約

- 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。
- 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を育む判断力や望ましい食習慣を養う。
- 明るい社会性と協同の精神を養う。
- 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。
- 食生活が多くの人々の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。
- 伝統的な食文化を理解する。
- 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。