

令和7年度4月 学校給食献立表 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			
9	コーンピラフ ぎゅうにゅう くろはんべんフライ いそペポテ はるさめスープ	こめ おおむぎ 油 こむぎこ パンこ 油 じゃがいも はるさめ でんぷん	ウイナー ぎゅうにゅう くろはんべん あおのり ぶたにく	たまねぎ にんじん ピーマン とうもろこし たまねぎ にんじん こまつな しょうが	コンソメ 塩 こしょう 酒 塩 こしょう しょうゆ スープストック 塩 こしょう がらスープ	608 20.5 752 24.4	細江小 榛原中
10	ミルクパン ぎゅうにゅう ハンバーグオニオンソース しらすいりスパゲッティ やさいスープ	パン マーガリン さとう 油 さとう でんぷん スパゲッティ 油 でんぷん	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく ベーコン しらすぼし ウイナー	 たまねぎ しょうが にんにく トマト たまねぎ にんにく パセリ たまねぎ にんじん キャベツ もやし	しょうゆ みりん 塩 ケチャップ トマトピューレ 酒 ソース コンソメ 塩 こしょう がらスープ しょうゆ 塩 コンソメ こしょう	627 26.1 831 32.8	
11	ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ あげぎょうざ しおこんぶのそくせきづけ	こめ ごま油 さとう でんぷん 油 こむぎこ でんぷん さとう さとう	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ ぶたにく こんぶ	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 キャベツ たまねぎ いら しょうが キャベツ きゅうり	トウバンジャン しょうゆ オイスターソース 酒 中華スープ しょうゆ 塩 しょうゆ 塩	617 23.0 785 27.5	
14	ごはん ぎゅうにゅう にくしゅうまい やさいのたくあんあえ あつあげのちゅうかに	こめ でんぷん さとう こむぎこ ごま油 さとう でんぷん	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく たら ぶたにく とうふ たまご なると	たまねぎ キャベツ きゅうり たくあん はくさい にんじん たけのこ しょうが にんにく	しょうゆ 塩 塩 酒 中華スープ しょうゆ 塩 こしょう	592 23.8 752 29.3	
15	ロールパン ぎゅうにゅう しろみざかなフライ キャベツサラダ ポークピーンズ	パン 油 パンこ こむぎこ でんぷん さとう 油 じゃがいも 油 さとう	ぎゅうにゅう ホキ ぶたにく だいず	たまねぎ にんじん	塩 こしょう しょうゆ す ケチャップ トマトピューレ ワイン ソース 塩 スープストック こしょう	629 29.0 823 36.7	
16	ごはん のりふりかけ ぎゅうにゅう どうふステーキ そぼろあんかけ ごぼうサラダ ごまドレッシング かきたまじる	こめ さとう さとう でんぷん 油 さとう でんぷん	かつおぶし のり ぎゅうにゅう ぶたにく とうにゅう とりにく とうふ たまご なると	ちゃ しょうが ごぼう きゅうり にんじん たまねぎ ほうれんそう	塩 しょうゆ 酒 ドレッシング しょうゆ みりん かつおだし こんぶだし しょうゆ 塩	604 25.4 757 30.2	
17	しよくばん メイブルジャム ぎゅうにゅう グラタン マカロニサラダ マヨネーズ やさいとくだんごのスープ	パン みずあめ さとう メイブルシロップ じゃがいも こめこ みずあめ 油 さとう でんぷん マカロニ マヨネーズ 油 でんぷん	かんでん ぎゅうにゅう とうにゅう おから キャベツ きゅうり にんじん とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん とうもろこし ほうれんそう キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ にんじん こまつな	塩 塩 こしょう しょうゆ 酒 中華スープ 塩 こしょう がらスープ	606 18.8 783 22.5	
18	さくらごはん ぎゅうにゅう とりにくのからあげ きゅうりのなんばんづけ すましじる おいわいデザート	こめ 油 でんぷん さとう ごま油 でんぷん 油 さとう こめこ みずあめ でんぷん	ぎゅうにゅう とりにく きゅうり とうふ とうにゅう	 しょうが にんにく きゅうり にんじん たまねぎ ほうれんそう いちご レモン	しょうゆ 酒 塩 酒 塩 こしょう しょうゆ す 塩 とうがらし しょうゆ 塩 かつおだし こんぶだし	662 26.9 808 31.5	
21	ごはん ぎゅうにゅう ブルコギ ナムル ワンタンスープ	こめ ごま油 さとう ごま油 ごま ワンタンのかわ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とりにく	たまねぎ ねぶかねぎ しょうが にんにく りんご ほうれんそう もやし にんじん キャベツ こまつな たまねぎ	しょうゆ トウバンジャン しょうゆ しょうゆ がらスープ 塩 スープストック こしょう	608 27.4 754 32.1	川崎小

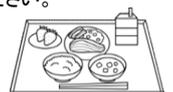
※ 物資の都合により献立が変更になる場合があります。

※ 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 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			
(火)	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 20.9	
	にくだんごのトマトソースあえ	油 パンこ でんぶん 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 トマトビュール ソース ワイン しょうゆ 塩		
	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 27.9	
	コールスロードレッシング			だいこん たまねぎ にんじん チンゲンサイ	スूपストック 塩 たらす しょうゆ		
(水)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			652 24.6	
	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 しょうが にんにく りんご	カレーウ チャツネ 塩 カレー ソース ワイン スूपストック こしょう		
	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 28.8	
	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		
(木)	～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いました。						
	ツイストパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			600 28.0	
	とりにくのりよくちやふみやき	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		
	ピーフソテー	油 ピーフ	ベーコン	キャベツ もやし にんじん こまつな	コンソメ しょうゆ 塩 こしょう	775 34.9	
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 トマト にんにく	ケチャップ コンソメ 塩 ワイン こしょう			
(金)	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 26.3	
	あつやきたまご	さとう でんぶん 油	たまご		す しょうゆ 塩		
	ゆかりあえ	さとう		きゅうり キャベツ あかじそ	塩	750 31.3	
	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 さつまあげ	だいこん にんじん こんにやく さやいんげん しょうが にんにく	しょうゆ 酒 スूपストック		
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			612 26.7	勝間田小
	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 スूपストック しょうゆ 酒		
	かいそうサラダ 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	775 31.9	
	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	スूपストック 塩 こしょう しょうゆ たらす		
(水)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			623 24.1	
	さばのしおこうじやき		さば		塩 こうじ		
	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 28.7	
	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 こんにやく ねぶかねぎ	しょうゆ 塩 かつおだし		

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、健康によい食生活や食文化、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。

ご家庭へのお願い

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場合があります。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

1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。

2 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。

3 明るい社会性と協同の精神を養う。

4 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。

5 食生活が多くなるとの勤労に支えられていることを理解し、感謝する。

6 伝統的な食文化を理解する。

7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。