



令和7年度 7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)	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	
(火)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			627	
	はるまき	はるさめ こむぎこ さとう みずあめ でんぶん 油	ぶたにく	キャベツ にんじん たまねぎ しいたけ しょうが	しょうゆ 塩	20.9	
	いそかあえ		のり	キャベツ もやし ほうれんそう	しょうゆ	802	
	とうがんのうまに	さとう 油 でんぶん	ぶたにく あつあげ	とうがん ねぶかねぎ にんじん こんにゃく	しょうゆ みりん 酒 コンソメ	24.6	
～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。							
(水)	マーガリンパン ぎゅうにゅう	パン マーガリン	ぎゅうにゅう			611	
	チーズオムレツ	さとう でんぶん 油	たまご チーズ		かつおだし す 塩	26.2	
	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 こまつな エリンギ にんにく	コンソメ 酒 塩 こしょう	827	
	キャベツとにくだんごのスープ	でんぶん 油	とりにく ぶたにく	キャベツ チンゲンサイ たまねぎ にんじん	しょうゆ 酒 中華スープ 塩 こしょう がらスープ	32.6	
～行事食：七夕献立～ 七夕にちなんで「星型メンチカツ」、「七夕汁」、「七夕デザート」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			622	
	ほしがたメンチカツ	こむぎこ パンこ さとう でんぶん みずあめ こめこ 油	ぶたにく	たまねぎ	塩 こしょう	25.7	
	ぶたにくとたけのこのみそいため	さとう ごま油 でんぶん	ぶたにく みそ	たけのこ ビーマン しょうが にんにく	しょうゆ 酒 みりん		
	たなばたそうめんじる	そうめん	とうふ なた	たまねぎ ほうれんそう しいたけ	しょうゆ 塩 かつおだし こんぶだし	796	
	たなばたデザート	さとう みずあめ	かんてん	レモン ぶどう みかん		31.6	
	せわりパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			667	
(金)	フランクフルト	さとう	フランクフルト		ケチャップ ソース ワイン	25.4	
	かぼちゃサラダ マヨネーズ	マヨネーズ		かぼちゃ きゅうり えだまめ	塩 こしょう	865	
	とうにゅういりポタージュ	油 なまクリーム	とうにゅう ぎゅうにゅう	とうもろこし たまねぎ にんじん パセリ	ベシャメルソース コンソメ がらスープ 塩 こしょう	31.9	
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			583	
	マーボーなす	さとう でんぶん 油	とうふ ぶたにく みそ	なす たまねぎ 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 中華スープ	25.3	
	ポークしゅうまい	こむぎこ パンこ でんぶん さとう みずあめ	ぶたにく	たまねぎ しょうが	塩	742	
	やさいのナムル	ごま ごま油		もやし ほうれんそう にんじん	しょうゆ	30.6	
(火)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			582	
	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	28.8	
	きんぴらごぼう	さとう ごま ごま油	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 とうがらし	751	
	ちゃんこじる		とりにく あぶらあげ	キャベツ もやし にんじん はねぎ しいたけ	しょうゆ 酒 みりん 塩 かつおだし	36.0	
(水)	せわりパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			598	
	ピリからポークサンドのぐ	さとう 油	ぶたにく	たまねぎ エリンギ しょうが にんにく	しょうゆ みりん 酒 トウバンジャン とうがらし	23.3	
	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	778	
	フルーツポンチ	こめ もちごめ さとう	とうにゅう かんてん	みかん バイン おうとう りんご ぶどう もも レモン	ワイン	29.2	
(木)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			597	
	ひりゅうずのおろしだれかけ	パンこ でんぶん 油 さとう ラード	たら ひじき とうにゅう	たまねぎ えだまめ にんじん だいこん しょうが	しょうゆ 塩 みりん	23.8	
	ゆかりあえ	さとう		キャベツ きゅうり あかじそ	塩	754	
	とんじる		ぶたにく あぶらあげ みそ	たまねぎ にんじん ごぼう こんにゃく はねぎ	さばだし にぼしだし	28.5	
(金)	ソフトめん ぎゅうにゅう	ソフトめん	ぎゅうにゅう			636	
	ミートソース	油 さとう	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん セロリー マッシュルーム にんにく	ハヤシルウ トマトビュール デミグラスソース ケチャップ ソース ベシャメルソース こしょう	26.0	
	えだまめコロッケ	じゃがいも パンこ こむぎこ でんぶん 油 さとう		えだまめ	塩 こしょう	806	
	ほうれんそうサラダ	油 さとう		ほうれんそう キャベツ とうもろこし	しょうゆ す	32.5	

※ 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 7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)	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 中学校	
		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			
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			608	
	とりにくとレバーのなんばんづけ	でんぶん 油 さとう	とりにく とりレバー だいず	ねぶかねぎ しょうが	しょうゆ す 酒 とうがらし	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	750	
	とうがんのみそしる		とうふ みそ	とうがん にんじん こんにやく しめじ はねぎ	にぼしだし さばだし	28.2	
～日本味めぐり給食の日(四国、沖縄地方)～ 沖縄県の郷土料理の「ゴーヤチャンプルー」を取り入れました。							
(火)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			600	
	さばのレモンたつたあげ	でんぶん 油	さば	レモン	しょうゆ みりん	26.5	
	ゴーヤチャンプルー	ごま油	とうふ ベーコン たまご かつおぶし	もやし にがうり	しょうゆ 塩	748	
	ワンタンスープ	ワンタンのかわ	ぶたにく	たまねぎ にんじん はねぎ しょうが	しょうゆ コンソメ 酒 塩 からスープ	31.5	
(水)	げんまいりバーガーパン ぎゅうにゅう	パン げんまい さとう	ぎゅうにゅう			598	
	ハンバーグてりやきソース	さとう じゃがいも 油 でんぶん	とりにく ぶたにく	たまねぎ 	しょうゆ みりん ケチャップ 塩	26.5	
	ゆでとうもろこし			とうもろこし 		804	
	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 トマト にんじん セロリー にんにく	ケチャップ コンソメ ワイン 塩 こしょう	33.8	
(木)	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ	ぎゅうにゅう			622	
	なつやさいかレー	油	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん かぼちゃ なす セロリー トマト りんご しょうが にんにく	カレールウ チャツネ 塩 ソース カレーこ こしょう スープストック ワイン	24.2	
	だいずとにぼしのあげに	油 さとう でんぶん	だいず にぼし		しょうゆ	764	
	キャベツサラダ	油 さとう		キャベツ こまつな もやし	しょうゆ す	28.5	
～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、牧之原市産のお茶を使いました。							
(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			606	吉田中
	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	
	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 こまつな とうもろこし	塩 こしょう ドレッシング	808	
	トマトとたまごのスープ	油 でんぶん	たまご ベーコン	トマト たまねぎ チンゲンサイ しょうが	がらスープ しょうゆ スープストック 塩 こしょう	35.0	
(火)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			598	自彊小 吉田中
	タッカルビ	じゃがいも さとう 油 でんぶん	とりにく	キャベツ たまねぎ しょうが にんにく	しょうゆ テンメンジャン コチュジャン	24.0	
	かふうあえ	はるさめ さとう ごま ごま油		ほうれんそう もやし にんじん	しょうゆ す	738	
	すましじる	でんぶん	とうふ かまぼこ	たまねぎ こまつな にんじん しいたけ	しょうゆ 塩 かつおだし こんぶだし	28.0	
(水)	ロールパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			607	自彊小 吉田中
	てづくりグラタン	マカロニ バター	とりにく ぎゅうにゅう チーズ	たまねぎ	ベシヤメルソース 塩 こしょう	28.2	
	やさいソテー	油	ウインナー	キャベツ にんじん とうもろこし	コンソメ 塩 こしょう	785	
	はるさめスープ	はるさめ でんぶん	ぶたにく	たまねぎ チンゲンサイ にんじん しいたけ しょうが	しょうゆ スープストック 塩 こしょう がらスープ	34.8	
(木)	わかめごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ さとう 油	わかめ ぎゅうにゅう		塩	619	自彊小 吉田中
	ひまわりむし	パンこ さとう	ぶたにく とりにく たまご ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん とうもろこし	ケチャップ ソース ワイン 塩 こしょう	32.6	
	おかかにか	さとう	ちくわ かつおぶし	たけのこ にんじん ごぼう さやいんげん	しょうゆ	768	
	みだくさんみそしる	さといも	とうふ あぶらあげ みそ	にんじん こんにやく ねぶかねぎ	にぼしだし さばだし	38.4	

1年でも気温や湿度が高くなる6～9月頃は、細菌による食中毒が多くなる時期です。生の鶏肉には、新鮮であっても、カンピロバクターなどの食中毒菌が ついています。食中毒の症状は、水のような下痢、腹痛、発熱等です。

- ① 鶏肉を料理する場合は、
中心が白くなるまでしっかりと火を通しましょう。



- ② 鶏肉を切ったまな板は、必ず
洗浄・消毒してからほかの食
材を切りましょう。



- ③ 生の鶏肉を触った後は、
しっかりと手を洗ってから
ほかの食材を触りましょう。



食事の準備をするときには、細菌を「つけない」「増やさない」加熱等で「やっつける」を心がけて 食中毒を予防しましょう。