

令和7年度8.9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			
(水)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			589	川崎小 坂部小 勝間田小 細江小
	ドライカレー	油 こむぎこ	ぶたにく チーズ	たまねぎ ビーマン レーズン しょうが にんにく	ソース 塩 カレーこ ワイン	22.9	
	マカロニサラダ マヨネーズ	マカロニ		きゅうり にんじん とうもろこし	塩 こしょう マヨネーズ	725	
	チンゲンサイのスープ	でんぶん	ベーコン	チンゲンサイ キャベツ にんじん まいたけ	しょうゆ 酒 塩 こしょう スープストック がらスープ	26.7	
(木)	ちゅうかめん ぎゅうにゅう	ちゅうかめん	ぎゅうにゅう			611	坂部小 細江小
	しょうゆラーメンスープ		ぶたにく なんと わかめ	チンゲンサイ にんじん メンマ ねぶかねぎ しょうが にんにく キャベツ にんじん たまねぎ しいたけ しょうが	しょうゆラーメンスープ 塩 がらスープ こしょう 酒	25.3	
	はるまき	油 はるさめ こむぎこ さとう みずあめ でんぶん	ぶたにく		しょうゆ 塩	777	
	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	30.6	
(金)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			598	740
	あつやきたまご	さとう でんぶん 油	たまご		す しょうゆ 塩	28.0	
	なすとピーマンのみそいため	さとう 油 でんぶん	ぶたにく みそ	なす にんじん ビーマン しょうが	しょうゆ みりん		
	やさいのうまに	はるさめ さとう でんぶん ごま油	とりにく あつあげ	キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ ねぶかねぎ しょうが	オイスターソース しょうゆ 酒 中華スープ 塩 こしょう	33.0	
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			622	771
	いかのたつたあげ	でんぶん 油	いか	しょうが	しょうゆ 酒 みりん	30.2	
	やさいのたくあんあえ	ごま		キャベツ きゅうり たくあん しょうが	塩		
	いりどうふ	油 さとう	とうふ とりにく たまご なんと	にんじん たけのこ はねぎ しいたけ しょうが	しょうゆ 和風だし	36.1	
(火)	バーガーパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			602	794
	ハンバーグ	さとう じゃがいも でんぶん 油	とりにく ぶたにく	たまねぎ	ケチャップ ソース ワイン 塩	26.9	
	やさいサラダ あおじそドレッシング			キャベツ きゅうり パプリカ	塩 こしょう ドレッシング		
	こまつなのクリームスープ	油	とりにく ぎゅうにゅう ベーコン チーズ	たまねぎ こまつな にんじん とうもろこし エリンギ	ホワイトルウ 塩 こしょう スープストック がらスープ ワイン	34.4	
～細江小学校リクエスト給食～韓国風で、普段なかなか給食に登場しないメニューを考えてくれました。							
(水)	キムチチャーハン ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ ごま油	ぶたにく ぎゅうにゅう	たけのこ にんじん にら キムチ	酒 しょうゆ 塩 中華スープ こしょう	634	769
	とりにくのからあげ	でんぶん 油	とりにく	しょうが にんにく	酒 塩 こしょう	26.1	
	きゅうりとだいごんのひたひた かつおぶし	さとう ごま油	かつおぶし	きゅうり だいごん	しょうゆ す とうがらし		
	はるさめスープ	はるさめ でんぶん	ウインナー	たまねぎ にんじん チンゲンサイ しょうが	しょうゆ 塩 スープストック がらスープ こしょう	29.8	
(木)	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			636	883
	あじナゲット	さとう 油 でんぶん こむぎこ	あじ いとよりだい きんときだい すけそくだら	たまねぎ	しょうゆ 塩 ポークエキス	23.5	
	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		
	ミネストローネスープ	じゃがいも	とりにく だいず	キャベツ 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 こしょう ワイン	30.3	
～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。							
(金)	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	591	733
	しらすとだいずのかきあげ	こむぎこ でんぶん 油	しらすぼし だいず	たまねぎ にんじん はねぎ	塩 よし吉 ランチ	23.5	
	ごまあえ	さとう ごま		ほうれんそう キャベツ もやし	しょうゆ みりん		
	かきたまじる	でんぶん	たまご とりにく とうふ	たまねぎ にんじん こまつな しいたけ	しょうゆ 塩 かつおだし こんぶだし	27.5	
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			597	738
	ビビンバ	さとう 油	ぶたにく	たけのこ しいたけ しょうが にんにく	しょうゆ 酒 トウバンジャン	27.5	
	やさいのナムル	ごま油 ごま		ほうれんそう もやし にんじん	しょうゆ		
	だんごじる	じゃがいも でんぶん	とりにく みそ	だいごん ごぼう にんじん ねぶかねぎ	さばだし にぼしだし 塩	32.6	
(火)	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			617	822
	さわらのレモンじょうゆあえ	でんぶん 油 さとう	さわら	たまねぎ レモン	しょうゆ	27.2	
	コールスローサラダ			キャベツ きゅうり パプリカ	塩 こしょう ドレッシング		
	コンソメスープ		ぶたにく	たまねぎ チンゲンサイ にんじん パセリ	コンソメ しょうゆ 塩 こしょう	34.2	
(水)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			589	747
	やきぎょうざ	でんぶん さとう こむぎこ 油	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 塩	21.5	
	やさいのからしあえ	さとう		キャベツ こまつな もやし	しょうゆ みりん マスタード		
	にくじゃが	じゃがいも さとう 油	ぶたにく	たまねぎ にんじん こんにゃく えだまめ	しょうゆ 酒	25.8	

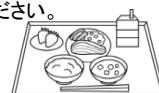
※ 物資の都合により献立が変更になる場合があります。

※ 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8. 9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				
(木)	11 げんまいパン ぎゅうにゅう にくだんこのあんかけ さつまいもサラダ マヨネーズ わかめスープ	パン げんまい さとう さとう でんぶん 油 さつまいも ビーフン	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく とりにく わかめ	 たまねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ にんじん たまねぎ ねぶかねぎ	 しょうゆ みりん す 塩 塩 こしょう マヨネーズ 中華スープ オイスターソース 塩 しょうゆ がらスープ こしょう	582 21.3 786 27.9		
	12 ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのかりんあげ コーンときゅうりのすのもの みそけんちんじる	こめ でんぶん 油 さとう ごま さとう さといも ごま油	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず わかめ とうふ とりにく みそ	 しょうが きゅうり とうもろこし しょうが だいこん にんじん ごぼう こんにゃく	 酒 しょうゆ みりん しょうゆ す 塩 にぼしだし さばだし	605 27.4 748 32.3		
	16 しょくパン いちごジャム 煮ゆうにゅう とりにくのハーブやき ほうれんそうサラダ トマトスープ	パン みずあめ さとう オリーブオイル 油 さとう でんぶん	ぎゅうにゅう とりにく ウインナー たまご	いちご にんにく ほうれんそう キャベツ とうもろこし トマト たまねぎ チンゲンサイ	 塩 こしょう オレガノ バジル ワイン しょうゆ す スープストック がらスープ しょうゆ 酒 塩 こしょう	592 27.4 724 32.5		
	～行事食：長寿献立～敬老の日にちなんで「ま・ご・は・や・さ・し・い」の頭文字から始まる体に良い食材を取り入れました。							
(水)	17 ごはん ぎゅうにゅう いわしのごまみそに だいずのいそに いものこじる ようなしゼリー	こめ さとう ごま さとう 油 さといも みずあめ さとう	ぎゅうにゅう いわし みそ だいず ひじき ちくわ ぶたにく あぶらあげ	 しょうが にんじん こんにゃく さやいんげん だいこん にんじん ごぼう まいたけ ねぶかねぎ しょうが ラ・フランス	 しょうゆ みりん しょうゆ 酒 みりん 塩 かつおだし	593 26.7 730 31.6		
	18 こくとういりせわりパン ぎゅうにゅう トマトボークチャップ くきわかめサラダ ナムルドレッシング とうにゅういりポタージュ	パン こくとう オリーブオイル さとう でんぶん ごま 油 なまクリーム	ぎゅうにゅう ぶたにく くきわかめ とうにゅう ぎゅうにゅう	 たまねぎ エリンギ ビーマン トマト にんにく キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん とうもろこし パセリ	 ケチャップ ソース 塩 酒 スープストック こしょう ドレッシング ベシャメルソース コンソメ 塩 こしょう がらスープ	594 26.9 779 33.1		
	19 わかめごはん ぎゅうにゅう とうふステーキそぼろあんかけ えだまめサラダ マヨネーズ つみれじる	こめ おおむぎ さとう 油 さとう でんぶん 油 じゃがいも	わかめ ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう いわしつみれ みそ	 しょうが キャベツ きゅうり えだまめ だいこん ごぼう にんじん はねぎ しょうが	 塩 しょうゆ 酒 マヨネーズ さばだし にぼしだし	582 23.4 732 27.7		
	22 ごはん ぎゅうにゅう さばのてりやき ゆかりあえ さわにわん	こめ さとう ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう さば キャベツ きゅうり あかじそ にんじん たけのこ ごぼう えのきたけ はねぎ	 しょうゆ みりん 塩 しょうゆ 酒 塩 こしょう かつおだし こんぶだし	575 28.6 710 33.6			
24 ふきよせおこわ ぎゅうにゅう メンチカツ いそかあえ すましじる	こめ もちごめ くり さとう さとう でんぶん パンこ こむぎこ 油 でんぶん	とりにく ぎゅうにゅう ぶたにく のり とうふ なんと	にんじん しめじ しいたけ たまねぎ キャベツ ほうれんそう もやし ほうれんそう にんじん	しょうゆ 酒 塩 塩 こしょう ナツメグ しょうゆ しょうゆ 塩 かつおだし こんぶだし	617 24.3 769 29.0	榛原中		
25 マーガリンパン ぎゅうにゅう トマトオムレツ きのこスパゲッティ やさいとにくだんごのスープ	パン マーガリン でんぶん さとう 油 スパゲッティ オリーブオイル 油 でんぶん	ぎゅうにゅう たまご ベーコン とりにく ぶたにく	 たまねぎ トマト たまねぎ エリンギ まいたけ にんにく キャベツ たまねぎ にんじん チンゲンサイ	 ケチャップ 塩 す がらスープ こしょう コンソメ 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	592 23.4 806 29.2		榛原中	
～日本味めぐり給食の日(甲信越地方)～山梨県の郷土料理「ほうとう」と、長野県や山梨県が名産の「巨峰」を取り入れました。								
26 ごはん ぎゅうにゅう さんまのうめに しおこんぶのそくせきづけ かぼちゃのほうとう ぶどう	こめ さとう でんぶん さとう ほうとう	ぎゅうにゅう さんま こんぶ とりにく あぶらあげ みそ	 うめ キャベツ きゅうり はくさい かぼちゃ にんじん たまねぎ ごぼう ぶどう	 しょうゆ みりん 塩 塩 しょうゆ しょうゆ 和風だし かつおだし	590 25.8 709 28.8			
29 ごはん ぎゅうにゅう くろはんぺんフライ やさいのレモンじょうゆあえ マーボーはるさめ	こめ パンこ こむぎこ でんぶん 油 さとう はるさめ ごま油 さとう でんぶん	ぎゅうにゅう くろはんぺん ぶたにく みそ	 きゅうり ほうれんそう もやし レモン たまねぎ キャベツ 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	 塩 こしょう しょうゆ みりん しょうゆ オイスターソース 酒 中華スープ トウバンジャン	637 25.2 775 27.4			
～ふるさと給食の日「チャーフィンランチ」～ 牧之原市産の茶を使って竹輪のお茶揚げを作りました。								
30 うどん ぎゅうにゅう カレーなんばんつゆ ちくわのおちやあげ こまつなともやしのサラダ	うどん 油 でんぶん こむぎこ でんぶん 油 さとう ごま	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ あぶらあげ ちくわ のり	 たまねぎ にんじん ねぶかねぎ しょうが にんにく ちゃ もやし こまつな にんじん	 カレールー かつおだし 塩 カレーこ しょうゆ みりん しょうゆ す	647 31.3 819 39.0			