

令和7年度12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) 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				
～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が入った厚焼きたまごを取り入れています。								
(月)	1	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		よし吉 ランチ	598 24.9	
		しらすいりあつやきたまご	さとう 油 でんぶん	たまご しらす あおさ		す みりん 塩 かつおだし		
		やさいのたくあんあえ	ごま		キャベツ きゅうり たくあん	塩	741 29.5	
		おでん	じゃがいも さとう	ぶたにく さつまあげ ちくわ くらはんぺん こんぶ	だいこん にんじん こんにゃく	しょうゆ みりん 酒 がらスープ		
～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黒はんぺんのお茶揚げを作りました。								
(火)	2	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	596 23.4	
		くろはんぺんのおちやあげ	こむぎこ でんぶん 油	くろはんぺん	ちや	しょうゆ 酒 塩		
		もやしとこまつなのあえもの	ごま さとう	のり	もやし こまつな にんじん	しょうゆ す 和風だし	769 28.5	
		さつまじる	さつまいも	とりにく あぶらあげ みそ	だいこん にんじん こんにゃく ねぶかねぎ	にぼしだし さばだし		
(水)	3	マーガリンいりせわりパン	パン マーガリン	ぎゅうにゅう			602 23.0	
		トマトチキンチャップ	オリーブオイル さとう でんぶん	とりにく	たまねぎ エリンギ ビーマン トマト にんにく	ケチャップ ソース 酒 スープストック 塩 こしょう		
		コールスローサラダ			キャベツ きゅうり とうもろこし	塩 こしょう ドレッシング	812 28.5	
		コールスロードレッシング			チンゲンサイ たまねぎ にんじん しいたけ	がらスープ しょうゆ 塩 中華スープ こしょう		
(木)	4	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ	ぎゅうにゅう			595 22.9	
		ふゆやさいかレー	じゃがいも 油	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん だいこん れんこん セロリー トマト しょうが にんにく りんご	カレールウ ソース ワイン チャツネ カレーこ こしょう スープストック 塩		
		にたまご		たまご		みりん 塩	739 26.8	
		キャベツサラダ	油 さとう		キャベツ もやし こまつな	しょうゆ す		
(金)	5	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			632 26.9	
		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		
		ひじきサラダ	さとう	ひじき	キャベツ きゅうり とうもろこし	しょうゆ みりん ドレッシング	840 33.6	
		はくさいとベーコンのスープ		ベーコン	はくさい たまねぎ にんじん はねぎ	しょうゆ スープストック 塩 こしょう		
(月)	8	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			584 21.5	
		やきぎょうざ	こむぎこ でんぶん さとう 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		
		もやしのちゅうかあえ	ごま油 さとう	きゅうり もやし こまつな		しょうゆ 塩 す とうがらし	741 25.7	
		あつあげのちゅうかに	さとう 油 でんぶん	あつあげ ぶたにく	はくさい にんじん たけのこ しいたけ しょうが にんにく	しょうゆ 酒 コンソメ 塩 こしょう		
～日本味めぐり給食の日(北海道地方)～ 北海道の郷土料理である「どさんこ汁」や、特産品である「鮭」を取り入れました。								
(火)	9	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			582 23.3	
		さけメンチカツ	パンこ でんぶん こむぎこ さとう 油	鮭 たら	たまねぎ	塩 酒		
		ブロッコリーのおかかあえ		かつおぶし	ブロッコリー キャベツ	しょうゆ 塩	751 28.5	
		どさんこじる	じゃがいも バター	ぶたにく みそ	たまねぎ もやし にんじん とうもろこし	にぼしだし さばだし		
～中央小学校リクエスト給食～ 旬のチンゲンサイを取り入れた献立を考えてくれました。								
(水)	10	ロールパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			654 24.4	
		にくだんごのトマトソースあえ	パンこ でんぶん 油 オリーブオイル さとう	とりにく ぶたにく	たまねぎ トマト にんにく しょうが	ケチャップ トマトピューレ ソース ワイン しょうゆ 塩		
		ポテトサラダ	じゃがいも		きゅうり にんじん	塩 こしょう マヨネーズ	872 31.9	
		マヨネーズ			チンゲンサイ たまねぎ にんじん とうもろこし エリンギ	ホワイトルウ がらスープ ワイン スープストック 塩 こしょう		
(木)	11	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			586 22.3	
		わかさぎフリッター	こむぎこ でんぶん 油	わかさぎ		塩		
		ゆかりあえ	さとう		キャベツ きゅうり あかじそ	塩	748 27.2	
		すきやき	油 さとう	ぶたにく やき豆腐	はくさい たまねぎ こんにゃく にんじん ねぶかねぎ	しょうゆ 酒 みりん		

※ 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12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) 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			
(金)	こくとうパン ぎゅうにゅう	パン こくとう	ぎゅうにゅう		ワイン しょうゆ 塩 こしょう	578	
	ガーリックレモンチキン		とりにく	にんにく レモン	ケチャップ トマトピューレ ソース コンソメ 塩 パセリ こしょう	25.8	
	スパゲッティソーサー	スパゲッティ 油	ウインナー	たまねぎ にんじん エリンギ	がらすープ しょうゆ コンソメ 塩 こしょう	765	
	やさいスープ			キャベツ たまねぎ ほうれんそう たけのこ にんじん		32.1	
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			601	住吉小 自彊小
	タッカルビ	じゃがいも でんぶん 油 さとう	とりにく	キャベツ たまねぎ しょうが にんにく	しょうゆ デンメンジャン コチュジャン	24.8	
	野菜のナムル	ごま ごま油		ほうれんそう もやし にんじん	しょうゆ	742	
	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	がらすープ しょうゆ コンソメ 酒 塩	28.7	
～住吉小学校リクエスト給食～ 体が温まる豚汁や、人気のからあげを取り入れてくれました。							
(火)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			693	
	とりにくのからあげ	でんぶん 油	とりにく	しょうが	しょうゆ 酒 塩	28.6	
	かいそうサラダ ナムルドレッシング		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		
	とんじる	さといも	ぶたにく とうふ みそ	だいこん にんじん ごぼう こんにやく ねぶかねぎ	にぼしだし さばだし	845	
	みかん			みかん		32.9	
～中央小学校リクエスト給食～ もみのき型ハンバーグやケーキなどクリスマスのメニューを考えてくれました。							
(水)	ロールパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			614	チョコ ケーキ の場合 いちご プリンの 場合
	もみのきがたハンバーグ	さとう	とりにく ぶたにく	たまねぎ トマト にんにく しょうが	ケチャップ ソース ワイン 塩 しょうゆ	22.5	
	ほうれんそうサラダ	油 さとう		ほうれんそう キャベツ にんじん	しょうゆ す		
	コーンポタージュ	なまクリーム パター	ぎゅうにゅう	とうもろこし たまねぎ にんじん	ホワイトルウ パセリ スーパーストック 塩 こしょう		
	チョコケーキ	さとう こむぎこ チョコレート みずあめ でんぶん 油	にゅう たまご		ココアパウダー	804	776 29.0
	いちごプリン	さとう みずあめ	とうにゅう	いちご		29.7	
(木)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			585	
	とうふステーキそぼろあんかけ	でんぶん 油 さとう	とうにゅう とりにく	しょうが	しょうゆ	27.4	
	きんぴらごぼう	さとう ごま 油	さつまあげ	ごぼう こんにやく にんじん さやいんげん	しょうゆ みりん とうがらし	736	
	みぞれじる		ぶたにく	だいこん こまつな しいたけ	しょうゆ 塩 かつおだし こんぶだし	32.7	
～冬至献立～ 冬至にちなんで、かぼちゃや「ん」のつく食べ物、れんこん、にんじん、うどんなどを取り入れました。							
(金)	うどん ぎゅうにゅう	うどん	ぎゅうにゅう			602	冬至
	のっぺいうどんつゆ	でんぶん	ぶたにく かまぼこ	たまねぎ にんじん こんにやく しめじ ねぶかねぎ	しょうゆ 酒 みりん 塩 かつおだし	24.1	
	かぼちゃコロッケ	パンこ こむぎこ でんぶん じゃがいも さとう 油		かぼちゃ たまねぎ	塩	743	
	れんこんサラダ ごまドレッシング	さとう		れんこん きゅうり にんじん	しょうゆ みりん ドレッシング	28.7	
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			602	
	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	29.5	
	そくせきづけ	さとう	こんぶ	はくさい きゅうり にんじん	しょうゆ 塩	743	
	キムチいりみそしる		ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	キムチ たまねぎ だいこん にんじん はねぎ	にぼしだし さばだし	34.8	
(火)	わかめごはん ぎゅうにゅう	こめ さとう	わかめ ぎゅうにゅう		塩	596	吉田中
	ツナとやさいのたまごやき		たまご まぐろ ぎゅうにゅう チーズ	たまねぎ ほうれんそう	塩 こしょう	28.7	
	ゆずかおりあえ	さとう		こまつな もやし にんじん ゆず	しょうゆ みりん	739	
	いもだんごじる	じゃがいも でんぶん	ぶたにく あぶらあげ	だいこん にんじん こんにやく ねぶかねぎ	しょうゆ 塩 かつおだし	33.8	



冬至は、1年のうちで最も太陽が低い位置に来るため、昼が短く、夜が長くなります。昔は、太陽の力が最も弱くなる日とされ、この日を境に太陽が生まれ変わり、運が向いてくると考えられていたことから、ゆず湯で身を清め、邪気を払う小豆や、「ん」のつく食べ物を食べて「運」を呼び込む風習があります。

「ん」のつく食べ物で「運」を呼び込もう！



～会計年度任用職員を募集しています!!～

一緒に給食を作ってみませんか？
ぜひ、一度見学に来てください♪

仕事内容：小中学校の給食調理・配送
勤務時間：午前8時～午後4時
休日：土曜、日曜、祝日
春休み、夏休み、冬休み
(給食のない日)

募集人員：若干名
問合せ先：吉田榛原学校給食共同調理場
TEL 0548-32-1750