

令和7年度12月 学校給食献立表＜B＞ 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				
1 (月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			584		
	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	21.5		
	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		
	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	25.7		
2 (火)	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		
	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 スーパーストック 塩 こしょう	23.0		
	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		
	コールスロートレッシング			チンゲンサイ たまねぎ にんじん しいたけ	がらすープ しょうゆ 塩 中華スープ こしょう	28.5		
～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。								
3 (水)	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	596		
	くろはんぺんのおちゃあげ	こむぎこ でんぶん 油	くろはんぺん	ちゃ		23.4		
	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		
	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	28.5		
4 (木)	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		
	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	26.9		
	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		
	ごまドレッシング			はくさい たまねぎ にんじん はねぎ	しょうゆ スーパーストック 塩 こしょう	33.6		
5 (金)	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ	ぎゅうにゅう			595		
	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 スーパーストック 塩	22.9		
	にたまご		たまご		みりん 塩	739		
	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	26.8		
～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。								
8 (月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			598		
	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	24.9		
	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		
	おでん	じゃがいも さとう	ぶたにく さつまあげ ちくわ くろはんぺん こんぶ	だいこん にんじん こんにゃく	しょうゆ みりん 酒 がらすープ	29.5		
～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。							チョコ ケーキ の場合	いちご プリン の場合
9 (火)	ロールパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう					
	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	614	586	
	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	22.5	21.8	
	コーンポタージュ	なまクリーム バター	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	
	いちごプリン	さとう みずあめ	とうにゅう	いちご		29.7	29.0	
～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。								
10 (水)	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		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			
	ナムルドレッシング							
	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 こんにゃく ねぶかねぎ	にぼしだし さばだし	845		
	みかん		みかん			32.9		

※ 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＜B＞ 牧之原市

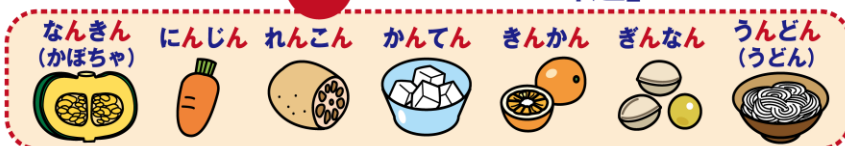
吉田榛原学校給食共同調理場(32-1750)

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)	こくとうパン ぎゅうにゅう	パン こくとう	ぎゅうにゅう			578	
	ガーリックレモンチキン		とりにく	にんにく レモン	ワイン しょうゆ 塩 こしょう	25.8	
	スパゲッティソース	スパゲッティ 油	ウインナー	たまねぎ にんじん エリンギ	ケチャップ トマトピューレ ソース コンソメ 塩	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	パセリ こしょう がらスープ しょうゆ コンソメ 塩 こしょう	32.1	
(金)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			586	
	わかさぎフリッター	こむぎこ でんぶん 油	わかさぎ		塩	22.3	
	ゆかりあえ	さとう		キャベツ きゅうり あかじそ	塩	748	
	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	27.2	
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			602	
	さばのカレーじゃようゆやき		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	
～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。							
(火)	ロールパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			654	
	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	24.4	
	ポテトサラダ マヨネーズ	じゃがいも		きゅうり にんじん	塩 こしょう マヨネーズ	872	
	チンゲンサイのクリームスープ	おおむぎ 油	ベーコン ぎゅうにゅう チーズ	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	31.9	
～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。							
(水)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			582	
	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	23.3	
	ブロッコリーのおかかあえ かつおぶし		かつおぶし	ブロッコリー キャベツ	しょうゆ 塩	751	
	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	28.5	
～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。							
(木)	うどん ぎゅうにゅう	うどん	ぎゅうにゅう			602	
	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 こんにゃく 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	
(金)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			585	坂部小
	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 こんにゃく 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	
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			601	川崎小
	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 テンメンジャン 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	がらスープ しょうゆ コンソメ 酒 塩	28.7	
							坂部小
							榛原中



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