

令和7年度 1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				
		エネルギーのものとなる食品	体をつくるものとなる食品	体の調子を整えるものとなる食品					
(金)	げんまいりパーガーパン ぎゅうにゅう	パン げんまい さとう	ぎゅうにゅう			592 22.2			
	ハムチーズフライ	さとう パンこ こむぎこ ぐんぶん 油	ぶたにく とりにく チーズ	たまねぎ	塩				
	コールスローサラダ コールスロードレッシング			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	819 28.9			
	マセドアンスープ	じゃがいも マカロニ	とりにく	たまねぎ にんじん チンゲンサイ	しょうゆ コンソメ 塩 こしょう				
~行事食: 七草献立～ 春の七草が入った七草汁で、1年の健康を願いましょう。									
(火)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			590 24.1			
	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 酒				
	きんぴらごぼう	油 さとう	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	744 28.8			
	ななくさじる	こめ もちごめ でんぶん	ぶたにく かまぼこ あぶらあげ	だいこん はくさい かぶ	しょうゆ 塩 かつおだし				
~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「ちらめんじゃこ」を使っています。									
(水)	ロールパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		よし吉 ランチ	644 29.8			
	しろみざかなフライ	パンこ でんぶん こむぎこ 油	たら						
	しらすい里斯パゲッティ オリーブオイル	スペグッティ オリーブオイル	ベーコン しらすぼし	たまねぎ ほうれんそう にんじん にんにく	コンソメ 塩 こしょう 酒	829 36.9			
	こまつなのクリームスープ	油	とりにく ウインナー ぎゅうにゅう チーズ	たまねぎ こまつな にんじん とうもろこし	ホワイトルウ がらスープ スープトック 塩 こしょう ワイン				
(木)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			602 23.5			
	あつやきたまご	さとう 油 でんぶん	たまご						
	やさいのレモンじょうゆあえ	さとう		ほうれんそう キャベツ もやし レモン	しょうゆ みりん	748 27.9			
	はくさいのうまい	はるさめ 油 さとう でんぶん	ぶたにく あつあげ	はくさい たまねぎ にんじん たけのこ ねぶかねぎ	オイスターソース しょうゆ 中華スープ 酒 塩 こしょう				
(金)	せわりパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			617 24.8			
	フランクフルト	さとう	フランクフルト						
	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	810 31.2			
	やさいとにかくだんごのスープ	でんぶん 油	ぶたにく とりにく	キャベツ たまねぎ にんじん ほうれんそう	しょうゆ 酒 中華スープ がらスープ 塩 こしょう				
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			648 23.2			
	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 セロリー トマト しょうが にんにくりんご	カレールウ チャツネ 塩 ソース ワイン カレーこ ースブストック こしょう				
	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 すけそしたら	たまねぎ	しょうゆ 塩 ポークエキス	827 28.5			
	しおこんぶのそくせきづけ	さとう	こんぶ	キャベツ きゅうり	しょうゆ 塩				
(火)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			587 27.5			
	さばのてりやき		さば						
	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	727 32.3			
	だいこんのみそしる	さといも	とうふ あぶらあげ みそ	だいこん にんじん ねぶかねぎ	さばだし にぼだし				
~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鶏肉の緑茶風味焼きを作りました。									
(水)	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		チャーフィン ランチ	617 27.5			
	とりにくのりょくちやふうみやき	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				
	ブロッコリーサラダ あおじそドレッシング			ブロッコリー こまつな とうもろこし	塩 ドレッシング	820 34.8			
	ミネストローネスープ	オリーブオイル さとう	ウインナー だいす	キャベツ たまねぎ にんじん トマト セロリー にんにく	ケチャップ コンソメ 塩 がらスープ ワイン こしょう				
~日本味めぐり給食の日(東海地方)～ とんかつに味噌だれをかけた、味噌かつは愛知県の郷土料理です。									
(木)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			633 24.6			
	みそかつ	パンこ でんぶん 油 みずあめ さとう	ぶたにく みそ						
	いそかあえ		のり	キャベツ ほうれんそう もやし	しょうゆ	815 30.4			
	だいこんとさといものそぼろに	さといも さとう 油 でんぶん	とりにく あつあげ	だいこん にんじん こんにゃく さやいんげん	しょうゆ 酒 みりん がらスープ 和風だし				

※ 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る場合があります。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 1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)	欠食料 (学年欠食 は含みま せん)		
		きいろ	あか	みどり	おもな調味料				
		エネルギーのものとなる食品	体をつくるものとなる食品	体の調子を整えるものとなる食品					
(金)	ソフトめん ぎゅうにゅう	ソフトめん	ぎゅうにゅう						
	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 トマトピューレ デミグラスソース ソース ベシャメールソース こしょう ケチャップ	690 25.9			
	さつまいもとだいすのあげに	さつまいも でんぶん 油 さとう	だいす		しょうゆ	840 31.1			
	カラフルサラダ タイアンドレッシング			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				
～榛原中学校リクエスト給食～ 具だくさんの豚汁や、唐揚げなどみんなが好きなメニューを考えてくれました。									
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	ごめ	ぎゅうにゅう				637 26.6		
	とりにくのからあげ	でんぶん 油	とりにく	にんにく しょうが	酒 塩 こしょう				
	きゅうりとだいこ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 だいこん	しょうゆ す とうがらし	787 30.9			
	とんじる	さといも	ぶたにく とうふ みそ	たまねぎ にんじん こんにゃく	さばだし にぼだし				
(火)	ごはん ぎゅうにゅう	ごめ	ぎゅうにゅう				597 28.3		
	さばのみそに	さとう	さば みそ		しきだし				
	ひじきのいためもの	油 さとう	とりにく だいす ひじき	にんじん こんにゃく さやいんげん	しょうゆ みりん 和風だし	736 32.9			
	にゅうめん	そうめん	ぶたにく なると	たまねぎ にんじん こまつな	しょうゆ 塩 みりん こんぶだし かつおだし				
(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				628 25.7		
	ツナオムレツ	でんぶん さとう 油	たまご まぐろ		塩				
	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	846 31.7			
	ふゆやさいのポトフ	じゃがいも	とりにく ウインナー	かぶ たまねぎ にんじん れんこん チンゲンサイ	スープストック がらスープ 塩 こしょう ワイン				
～中央小学校リクエスト給食～ 献立作成のポイントは、「ごぼうを汁物に入れて、みんなに『おいしい』と思ってもらおう」です。									
(木)	うめごはん ぎゅうにゅう	ごめ でんぶん さとう	ぎゅうにゅう	うめ	塩		631 24.5		
	いかフライ	パンこ こむぎこ 油	いか		塩				
	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				
	けんちんじる	さといも でんぶん	とりにく とうふ あぶらあげ	にんじん ごぼう こんにゃく	しょうゆ みりん 塩 こんぶだし かつおだし				
(金)	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				606 27.6		
	トマトポークチャップ	オリーブオイル さとう でんぶん	ぶたにく	たまねぎ エリンギ ピーマン にんにく トマト	ケチャップ ソース 塩 酒 スープストック こしょう				
	キャベツサラダ	油 さとう		キャベツ こまつな とうもろこし	しょうゆ す				
	ほうれんそうとたまごのスープ	でんぶん	ベーコン たまご	ほうれんそう たまねぎ にんじん	スープストック がらスープ しょうゆ 塩 こしょう	821 34.3			
	みかん(はれひめ)			みかん					

あけましておめでとうございます

ふゆやす
冬休みが終わり、いよいよ3学期が始まりました。昔から「一月往ぬる二月逃げる三月去る」といわれてきたように、年度末に向けて月日が流れるのを早く感じる時期です。
風邪やインフルエンザも流行していますので、体調管理にはより一層気をつけて、1日1日を大切に過ごしてほしいとおも思います。



～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・配達

◎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

とし だま
お年玉はもちだった!?

お正月は、普段より日本文化を感じる機会が多かったのではな
いでしょうか。さて、子どもたちにとって、お正月の楽しみといえばお年玉。
新年を祝って、大人から子どもへお小遣いを渡す風習です。もともとは、お正
月の「歳神様(年神様)」にお供えした「もち」を、歳神様からの贈り物として
分け与えたことが始まりとされ、「年玉」とは「歳神様の魂」を意味します。

