



令和7年度2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 | | | | | |
| ～行事食：節分献立～ 節分にちなんで、いわしと節分豆を献立に取り入れました。 | | | | | | | | | |
| (月) | 2 | ごはん ぎゅうにゅう | こめ | ぎゅうにゅう | | | 596 25.4 |  | |
| | | いわしのかばやき | 油 でんぶん さとう | いわし | しょうが | しょうゆ みりん 酒 | | | |
| | | 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 | | | |
| | | けんちんじる | さといも でんぶん ごま油 | とうふ あぶらあげ | にんじん ごぼう こんにゃく はねぎ | しょうゆ みりん 塩 かつおだし こんぶだし | 742 29.9 | | |
| | | せつぶんまめ | | だいず | | | | | |
| (火) | 3 | ロールパン ぎゅうにゅう | パン | ぎゅうにゅう | | | 570 23.1 | | |
| | | プレーンオムレツ | さとう 油 でんぶん | たまご | | 塩 す | | | |
| | | 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 | 759 29.9 | | |
| | | ハヤシシチュー | じゃがいも 油 | ぶたにく | たまねぎ にんじん セロリー マッシュルーム にんにく | デミグラスソース ソース ハヤシルウ ワイン スーパーストック 塩 こしょう | | | |
| | | ごはん ぎゅうにゅう | こめ | ぎゅうにゅう | | | 622 21.8 | |  |
| (水) | 4 | はるまき | こむぎこ はるさめ さとう 油 みずあめ でんぶん | ぶたにく | キャベツ にんじん たまねぎ しいたけ しょうが | 塩 しょうゆ | | | |
| | | やさいのナムル | ごま ごま油 | | ほうれんそう もやし にんじん | しょうゆ | 794 25.9 | | |
| | | マーボーだいこん | さとう でんぶん ごま油 | とうふ ぶたにく みそ | だいこん たけのこ にんじん 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 酒 中華スープ トウバンジャン | | | |
| | | バーガーパン ぎゅうにゅう コーヒータン ぎゅうにゅうのもと | パン さとう | ぎゅうにゅう | | コーヒータン 塩 | 596 25.3 | | |
| | (木) | 5 | ハンバーグ | さとう でんぶん 油 じゃがいも | とりにく ぶたにく | たまねぎ | ケチャップ ソース 塩 ワイン | | |
| | | やさいのカレーソテー | 油 | ベーコン | キャベツ にんじん たまねぎ エリンギ | 塩 コンソメ カレーこ こしょう | 780 32.3 | | |
| | | ラビオリスープ | こむぎこ パンこ さとう | とりにく ぶたにく | たまねぎ にんじん こまつな しめじ | スーパーストック しょうゆ 塩 こしょう | | | |
| (金) | | 6 | キムタクごはん 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 | キムチ たくあん ねぶかねぎ | 酒 塩 しょうゆ 中華スープ こしょう | | 581 20.8 |
| | | | あげぎょうざ | こむぎこ でんぶん 油 さとう | ぶたにく | キャベツ たまねぎ にら しょうが | しょうゆ 塩 | | |
| | | かふうあえ | はるさめ さとう ごま ごま油 | | きゅうり にんじん もやし | しょうゆ す | 745 24.6 | | |
| | | こまつなとたまごのスープ | でんぶん | たまご ベーコン | たまねぎ こまつな にんじん | スーパーストック しょうゆ 塩 こしょう | | | |
| | ～日本味めぐり給食の日(北陸地方)～ 「打ち豆汁」には、やわらかくした大豆をつぶして乾燥させた「打ち豆」が入っています。 | | | | | | | |  |
| (月) | 9 | ごはん ぎゅうにゅう | こめ | ぎゅうにゅう | | | 589 27.8 | | |
| | | ぶりのあまからに | でんぶん さとう | ぶり | しょうが | しょうゆ みりん トウバンジャン | | | |
| | | ごまあえ | ごま さとう | | ほうれんそう キャベツ もやし | しょうゆ | 733 33.2 | | |
| | | うちまめじる | さといも | だいず あぶらあげ みそ | だいこん にんじん しめじ ごぼう ねぶかねぎ | にぼしだし さばだし | | | |
| | ～ふるさと給食の日「よし吉ランチ」・自強小リクエスト献立～ 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。 | | | | | | | | |
| (火) | 10 | 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 |  | 塩 こしょう バジル オレガノ ワイン | 630 30.0 | | |
| | | とりにくのハーブやき | オリーブオイル | とりにく | にんにく | | | | |
| | | 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 | 839 | | |
| | | 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 | 37.4 | | |
| | (木) | 12 | しょくパン チョコレートクリーム ぎゅうにゅう | パン みずあめ さとう カカオ れんにゅう ココア | ぎゅうにゅう | | | | 586 23.2 |
| | | ピーンズコロケ | じゃがいも パンこ 油 こむぎこ さとう パター でんぶん | しろはなまめ | | 塩 | | | |
| | | 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 | 738 28.3 | | |
| | | ふゆやさいのポトフ | | とりにく ウィンナー | だいこん れんこん たまねぎ にんじん | がらスープ スーパーストック ワイン 塩 こしょう | | | |
| | | ごはん ぎゅうにゅう | こめ | ぎゅうにゅう | | | 597 28.0 |  | |
| (金) | 13 | とりたまごそぼろ | さとう 油 | とりにく たまご | えだまめ しょうが | しょうゆ 酒 塩 | | | |
| | | やさいのたくあんあえ | | | キャベツ きゅうり たくあん | 塩 | 739 33.1 | | |
| | | たぬきじる | でんぶん | さつまあげ あぶらあげ | こんにゃく だいこん ごぼう にんじん えのきたけ はねぎ しょうが | かつおだし しょうゆ 塩 | | | |

※ 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2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 | | | |
| 16 (月) | ごはん ゑゆうにゆう | こめ | ぎゆうにゆう | | | 609 | |
| | さばたつたのユーリンチーソースかけ | 油 でんぶん ごま油 さとう | さば | ねぶかねぎ しょうが | しょうゆ みりん す とうがらし | 24.8 | |
| | ゆかりあえ | さとう | | キャベツ きゅうり あかじそ | 塩 | 756 | |
| | レタスのみそしる | じゃがいも | とうふ あぶらあげ みそ | レタス たまねぎ にんじん はねぎ | にぼしだし さばだし | 29.3 | |
| ～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。 | | | | | | | |
| 17 (火) | うどん ゑゆうにゆう | うどん | ぎゆうにゆう | | | 594 |  |
| | にくうどんつゆ | でんぶん | ぶたにく かまぼこ あぶらあげ | たまねぎ にんじん ねぶかねぎ しいたけ | しょうゆ みりん 塩 かつおだし | 31.0 | |
| | ちくわのおちゃあげ | こむぎこ でんぶん 油 | ちくわ | ちゃ  | | 767 | |
| | 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 | 39.0 | |
| 18 (水) | むぎごはん ゑゆうにゆう | こめ おおむぎ | ぎゆうにゆう | | | 627 | |
| | チキンカレー | じゃがいも 油 | とりにく チーズ | たまねぎ にんじん セロリー しょうが にんにく | カレーウ カレーこ 塩 ソース ワイン チャツネ スープストック こしょう | 21.7 | |
| | いかナゲット | パンこ こむぎこ 油 さとう でんぶん ラード | いか たちうお だいずこ | | 塩 | 759 | |
| | くきわかめサラダ ナムドレッシング | | くきわかめ | キャベツ きゅうり | ドレッシング | 24.6 | |
| 19 (水) | マーガリンいりせわりパン ぎゆうにゆう | パン マーガリン | ぎゆうにゆう | | | 589 | |
| | 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 トマト にんにく | 酒 ケチャップ ソース 塩 スープストック こしょう | 25.6 | |
| | 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 | 800 | |
| | やさいスープ | | とりにく | キャベツ たまねぎ ほうれんそう にんじん | がらスープ しょうゆ コンソメ 塩 こしょう | 31.6 | |
| 20 (金) | ごはん ゑゆうにゆう | こめ | ぎゆうにゆう | | | 595 | |
| | とうふステーキみそあんかけ | でんぶん 油 さとう | とうにゆう ぶたにく みそ | しょうが | しょうゆ 酒 | 23.6 | |
| | 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 こんにゃく | しょうゆ みりん とうがらし | 750 | |
| | いもだんごじる | じゃがいも でんぶん | とうふ あぶらあげ | だいこん にんじん ねぶかねぎ | しょうゆ 塩 かつおだし | 28.2 | |
| 24 (火) | こくとうパン ゑゆうにゆう | パン こくとう | ぎゆうにゆう | | | 612 | |
| | とりにくとレバーのケチャップあえ | でんぶん 油 さとう | とりにく とりレバー だいず | しょうが | ケチャップ ソース しょうゆ 酒 | 25.0 | |
| | 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 とうもろこし | 塩 こしょう ドレッシング | 804 | |
| | マセドアンスープ | じゃがいも マカロニ | ベーコン | たまねぎ チンゲンサイ にんじん | しょうゆ コンソメ 塩 パセリ こしょう | 31.1 | |
| 25 (水) | ごはん ゑゆうにゆう | こめ | ぎゆうにゆう | | | 609 | |
| | そばろいりたまごやき | さとう 油 でんぶん | たまご とりにく | | す みりん しょうゆ 塩 かつおだし こんぶだし | 25.3 | |
| | やさいのおかかあえ かつおぶし | | かつおぶし | ほうれんそう キャベツ もやし | しょうゆ | 755 | |
| | ぶたにくとだいこんのいために | さとう でんぶん 油 ごま油 | ぶたにく あつあげ さつまあげ | だいこん にんじん こんにゃく さやいんげん しょうが にんにく | 酒 しょうゆ スープストック | 29.9 | |
| 26 (木) | ロールパン ゑゆうにゆう | パン | ぎゆうにゆう | | | 639 | |
| | とりにくのパーベキューソースかけ | さとう | とりにく | しょうが にんにく レモン りんご | ワイン しょうゆ | 29.5 | |
| | ブロッコリーサラダ マヨネーズ  | | | ブロッコリー キャベツ とうもろこし | 塩 こしょう マヨネーズ | 826 | |
| | ビーンズシチュー | じゃがいも 油 | ベーコン いんげんまめ ぎゆうにゆう チーズ | たまねぎ にんじん しめじ えだまめ | ホワイトルウ がらスープ スープストック 塩 こしょう | 36.2 | |
| ～ふじっぴー給食・自彊小リクエスト献立～ 2月23日の富士山の日にちなみ、かつお、レタスなど静岡県の食材を使った献立です。 | | | | | | | |
| 27 (金) | レタスチャーハン ぎゆうにゆう  | こめ おおむぎ ごま油 | ぶたにく ぎゆうにゆう | レタス にんじん はねぎ しょうが | 酒 塩 コンソメ こしょう | 590 |  |
| | かつおフライ | パンこ こむぎこ でんぶん 油 | かつお | | 塩 こしょう | 25.4 | |
| | きゅうりとだいこんのひたひた | さとう ごま油 | | きゅうり だいこん | しょうゆ す とうがらし | | |
| | わかめスープ | | ベーコン わかめ | キャベツ にんじん たけのこ | がらスープ スープストック しょうゆ 塩 こしょう | 755 | |
| | ネーブル  | | | ネーブル | | 31.8 | |

