



令和8年度 4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				おまな調味料	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	エネルギーのもとになる食品			
		体を調子を整えるもとになる食品	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				
9	わかめごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ 油 さとう	わかめ ぎゅうにゅう		塩	604	吉田中	
(木)	くろはんぺんフライ	こむぎこ パンこ でんぷん 油	くろはんぺん	ちゃ		26.6		
	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	755		
	みだくさんみそしる		とうふ とりにく あぶらあげ みそ	たまねぎ にんじん しめじ はねぎ	にぼしだし さばだし	32.0		
10	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			618	(金)	
チキンナゲット	こむぎこ でんぷん パンこ さとう 油	とりにく おから		塩	23.6			
キャベツサラダ	さとう 油		キャベツ こまつな もやし	しょうゆ す	858			
チンゲンサイのクリームスープ	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	30.9			
13	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			599	(月)	
とうふステーキそぼろあんかけ	さとう でんぷん 油	とりにく とうにゅう	しょうが	しょうゆ	25.1			
ごぼうサラダ ごまドレッシング	さとう ごま		ごぼう きゅうり にんじん	ドレッシング しょうゆ みりん	753			
とんじる	さといも	ぶたにく あぶらあげ みそ	だいこん にんじん こんにやく ねぶかねぎ	にぼしだし さばだし	29.9			
14	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ	ぎゅうにゅう			671	(火)	
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 トマト セロリー しょうが にんにく りんご	カレールウ チャツネ 塩 カレーこ ソース ワイン スープストック こしょう	21.5			
まめコロッケ	パンこ こむぎこ でんぷん さとう じゃがいも 油	ひよこまめ		塩	860			
コールスローサラダ コールスロドレッシング			キャベツ きゅうり とうもろこし	ドレッシング 塩 こしょう	26.0			
15	～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。					598	(水)	
バーガーパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			28.4			
ハンバーグオニオンソースかけ	油 さとう でんぷん	とりにく ぶたにく	たまねぎ しょうが にんにく トマト	しょうゆ みりん 塩				
しらすいりスパゲッティ	スパゲッティ 油	ウインナー しらすぼし	たまねぎ にんじん パセリ	ケチャップ トマトビュレ 酒 ソース コンソメ 塩 こしょう	791			
こまつなたまごのスープ	でんぷん	たまご ベーコン	こまつな たまねぎ にんじん	中華スープ しょうゆ 塩 こしょう	36.0			
16	～行事食 入学・進級お祝い献立～ みなさんの入学や進級をお祝した献立です。					648	(木)	
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	26.0			
とりにくのからあげ	油 でんぷん	とりにく	にんにく	酒 塩 こしょう				
いそかあえ		のり	キャベツ ほうれんそう もやし	しょうゆ				
すましじる	でんぷん	とうふ なた わかめ	にんじん えのきたけ しいたけ	しょうゆ 塩 かつおだし こんぶだし	793			
おいしいデザート	さとう みずあめ 油	とうにゅう	いちご		30.2			
17	ロールパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			598	(金)	
グラタン	じゃがいも こめこ みずあめ 油 さとう でんぷん	とうにゅう おから	たまねぎ にんじん とうもろこし ほうれんそう	塩	22.1			
やさしいソテー	油	ベーコン	キャベツ エリンギ とうもろこし にんじん	コンソメ 塩 こしょう	812			
ポトフ		とりにく ウインナー	だいこん たまねぎ チンゲンサイ にんじん	がらスープ ワイン 塩 スープストック こしょう	28.0			
20	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			596	(月)	
マーボーどうふ	ごま油 でんぷん さとう	とうふ ぶたにく みそ	たまねぎ 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	27.1			
コーンしゅうまい	こむぎこ さとう	ぶたにく	とうもろこし たまねぎ	塩 こしょう	749			
きゅうりとだいごんのひたひた	さとう ごま油		きゅうり だいごん	しょうゆ す とうがらし	32.7			

※ 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8年度 4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				
(火)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			624		
	あつやきたまご	さとう 油 でんぶん	たまご		す みりん かつおだし しょうゆ 塩 こんぶだし	24.6		
	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	775		
	かんとうに	じゃがいも さとう	ぶたにく あつあげ さつまあげ こんぶ	だいこん にんじん こんにやく	しょうゆ みりん 酒	29.1		
(水)	～ふるさと給食の日「チャーフィンランチ」～ 鶏肉の緑茶風味焼きには、牧之原市産のお茶を使いました。						602	
	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			29.3		
	とりにくのりよくちやふうみやき	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			
	ビーフソテー	油 ビーフン	ベーコン	キャベツ にんじん ピーマン	コンソメ しょうゆ 塩 こしょう	803		
わかめスープ		ぶたにく わかめ	たまねぎ たけのこ にんじん	がらすープ しょうゆ 塩 コンソメ こしょう	36.5			
(木)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			622		
	やきにくどんのぐ	さとう 油	ぶたにく なんと	たまねぎ ほうれんそう こんにやく ねぶかねぎ	しょうゆ 酒 みりん	27.3		
	やさいのナムル	ごま ごま油		もやし ほうれんそう にんじん	しょうゆ	767		
	ワンタンスープ	ワンタンのかわ	ベーコン	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	32.0		
(金)	ちゅうかめん ぎゅうにゅう	ちゅうかめん	ぎゅうにゅう			601		
	しょうゆラーメンスープ		ぶたにく なんと	チンゲンサイ にんじん もやし メンマ ねぶかねぎ しょうが にんにく	しょうゆラーメンスープ 塩 がらすープ こしょう オイスターソース 酒	24.1		
	はるまき	こむぎこ でんぶん 油 はるさめ みずあめ さとう	ぶたにく	キャベツ にんじん たまねぎ しいたけ しょうが	しょうゆ 塩	763		
	くきわかめサラダ ナムルドレッシング		くきわかめ	キャベツ きゅうり	ドレッシング	29.3		
(月)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			610		
	ツナオムレツ	さとう でんぶん 油 マヨネーズ	たまご まぐろ	たまねぎ	塩 しょうゆ す	23.0		
	ほうれんそうサラダ	油 さとう		キャベツ ほうれんそう とうもろこし	しょうゆ す	754		
	ハヤシチュー	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 スープストック 塩 こしょう	27.2		
(火)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			593		
	とりにくとレバーのちゅうかあえ	油 でんぶん さとう	とりにく とりレバー	はねぎ しょうが にんにく	ウスターソース 酒 しょうゆ	23.6		
	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 パプリカ	塩 こしょう ドレッシング	734		
	ベーコンとチンゲンサイのスープ		ベーコン	チンゲンサイ たまねぎ にんじん しめじ	がらすープ しょうゆ 酒 スープストック 塩 こしょう	27.6		
(木)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			608		
	いわしのうめに	さとう	いわし	うめ しょうが	しょうゆ 塩 かつおだし こんぶだし	28.7		
	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			
	あつあげのみそしる		あつあげ ぶたにく みそ	たまねぎ だいこん こまつな ねぶかねぎ	にぼしだし さばだし	754		
	オレンジ			オレンジ		34.1		

学校での食育

学校給食は教育の一環として行われます。そして食育は学校教育活動全体を通して推進していくことがうたわれています。「食べることは楽しい、食べることは大切」。そして「何をどのくらい、どのように食べれば、生涯を通して健康に過ごすことができるのか」。給食を通し、子どもたちが自分たちの食事について興味・関心を持ち、自ら考えて健康的な食生活を実践できる力を身に付けていくことを目指しています。



給食の時間は

単にお昼の食事をする時間ではなく、学級のお友だちと協力し合って、盛り付けや配ぜん、後片付けを行います。「食育の授業時間」として、栄養教諭が考えた献立を通して、健康的な食事や地産地消、食文化などについて学び、教科等での学習も深めていきます。



ご家庭でも

食器やはしを並べる。食べ終わった食器を片付けるなどの簡単なお手伝いできると給食当番の練習にもなりますね。また食卓を囲んで、ぜひ給食のことを話題にしてください。買い物にはぜひ一緒に行って、食材を選ぶ際の視点などたくさん話してあげてください。