



令和8年度8. 9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	小学校	
		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		中学校	
(水)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			564	川崎小 坂部小 勝間田小 細江小
	にくだんごのあまずあんかけ	パンこ さとう でんぶん 油	とりにく	たまねぎ	しょうゆ す ケチャップ	23.5	
	やきそばいりやさいソテー	やきそば 油	ぶたにく	キャベツ たまねぎ もやし ピーマン	やきそばのもと ソース 塩 こしょう	720	
	わかめスープ		ベーコン わかめ	たまねぎ たけのこ にんじん	がらすूप しょうゆ 塩 コンソメ こしょう	28.6	
～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。							
(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			598	川崎小 坂部小 細江小
	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	塩 こしょう ワイン オレガノ バジル ケチャップ トマトピューレ	27.1	
	しらすいりスパゲッティ	スパゲッティ 油	ベーコン しらすぼし	たまねぎ にんじん	ソース コンソメ 酒 塩 こしょう	801	
	やさいスープ			たまねぎ キャベツ ほうれんそう にんじん	がらすूप しょうゆ 塩 コンソメ こしょう	34.0	
(金)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			591	川崎小
	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	27.6	
	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 にんじん	しょうゆ 塩	727	
	とんじる	さといも	ぶたにく とうふ みそ	だいこん ごぼう にんじん こんにやく ねぶかねぎ	にぼしだし さばだし	32.7	
～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。							
(月)	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	608	川崎小
	ちくわのおちやあげ	こむぎこ でんぶん 油	ちくわ	ちゃ		25.7	
	なすとピーマンのみそいため	さとう ごま油 でんぶん	ぶたにく みそ	なす ピーマン にんじん しょうが	しょうゆ みりん	771	
	けんちんじる	ごま油 でんぶん さといも	とうふ あぶらあげ	ごぼう にんじん はねぎ	しょうゆ みりん 塩 かつおだし こんぶだし	31.8	
(火)	ちゅうかめん ぎゅうにゅう	ちゅうかめん	ぎゅうにゅう			573	
	とんこつラーメンスープ		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	とんこつラーメンスープ しょうゆ こしょう	23.5	
	あげきょうざ	こむぎこ でんぶん ラード 油	とうふ	キャベツ たまねぎ なら	しょうゆ 塩 かきエクス	728	
	くきわかめサラダ わふうドレッシング		くきわかめ	キャベツ きゅうり	ドレッシング	28.6	
(水)	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ	ぎゅうにゅう			595	勝間田小
	なつやさいカレー	油	ぶたにく チーズ	たまねぎ かぼちゃ なす にんじん トマト ピーマン セロリ りんご しょうが にんにく	ガレールウ ソース ワイン チャツネ スープストック カレーこ 塩 こしょう	22.6	
	にたまご		たまご		かつおだし こんぶだし しょうゆ みりん	738	
	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	26.7	
(木)	ロールパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			590	勝間田小
	しろみぎかなのねぎソース	でんぶん 油 さとう	たら	ねぶかねぎ	しょうゆ す 酒 とうがらし	25.7	
	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		
	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 チンゲンサイ にんじん	コンソメ しょうゆ 塩 こしょう	760	
(金)	フローズンヨーグルト		ヨーグルト			31.8	勝間田小
	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			604	
	ブルコギ	さとう ごま油 ごま	ぶたにく みそ	たまねぎ ねぶかねぎ にんにく しょうが りんご	しょうゆ トウバンジャン	26.0	
	もやしのちゅうかあえ	さとう ごま油		もやし きゅうり こまつな	しょうゆ す 塩 とうがらし	745	
(月)	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	がらすूप しょうゆ 酒 コンソメ 塩	30.3	勝間田小
	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			585	
	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	26.4	
	いそかあえ		のり	ほうれんそう キャベツ もやし	しょうゆ	731	
(火)	いもだんごじる	じゃがいも でんぶん	ぶたにく	だいこん こんにやく にんじん ねぶかねぎ	しょうゆ 塩 かつおだし	31.2	勝間田小
	ロールパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう			606	
	ハムチーズフライ	パンこ こむぎこ でんぶん さとう 油	ぶたにく とりにく チーズ	たまねぎ	塩	20.4	
	やさしいソテー	油	ウインナー	キャベツ エリンギ とうもろこし	コンソメ 塩 こしょう	826	
(水)	フルーツポンチ	さとう	かんてん とうにゅう	みかん バイン おうとう レモン りんご ぶどう	ワイン	27.2	勝間田小
	さくらごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			598	
	ひりゅうずのおろしだれかけ	パンこ さとう でんぶん ラード 油	たら ひじき とうにゅう	たまねぎ えだまめ にんじん だいこん しょうが	しょうゆ 塩 みりん	21.1	
	きゅうりのなんばんづけ	さとう ごま油		きゅうり	しょうゆ す 塩 とうがらし	759	
(水)	さつまいものみそしる	さつまいも	あぶらあげ みそ	たまねぎ にんじん しめじ	さばだし にぼしだし	25.5	

※ 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8. 9月 学校給食献立表 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)	ナン ギョウにゅう	ナン	ギョウにゅう			601	
	キーマカレー	油	ぶたにく	たまねぎ にんじん セロリ マッシュルーム しょうが にんにく	カレールウ ソース ワイン チャツネ スープストック カレーこ しょう	24.8	
	フィッシュナゲット	さとう 油 でんぶん こむぎこ	あじ いとよくだい きんときだい すけそくだら	たまねぎ	しょうゆ 塩 ポークエキス	834	
	コーンポテト	じゃがいも バター		とうもろこし	塩 こしょう パセリ	32.8	
～自強小学校リクエスト給食～暑い時期でも食欲がわいて、はしがすむメニューを考えてくれました。							
(金)	キムタクごはん ギョウにゅう	こめ おおむぎ ごま油	ぶたにく ギョウにゅう	キムチ たくあん ねぶかねぎ	しょうゆ 中華スープ 酒 塩 こしょう	641	
	とりにくのからあげ	でんぶん 油	とりにく	にんにく	酒 塩 こしょう	27.8	
	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	743	
	かきたまじる	でんぶん	たまご かまぼこ	たまねぎ にんじん ほうれんそう	しょうゆ 塩 かつおだし こんぶだし	31.1	
～日本味めぐり給食の日(甲信越地方)～新潟県の郷土料理の「のっぺい汁」、長野県が名産の「りんご」、「しめじ」、「巨峰」を取り入れました。							
(月)	ごはん ギョウにゅう	こめ	ギョウにゅう			611	
	とりにくとレバーのりんごソースあえ	でんぶん 油 さとう	とりにく とりレバー だいず	りんご たまねぎ しょうが にんにく	しょうゆ 酒 みりん	26.8	
	こまつなとしめじのレモンす			こまつな しめじ レモン	しょうゆ みりん 酒 和風だし	754	
	のっぺいじる	さといも でんぶん	ぶたにく あぶらあげ	だいこん こんにやく にんじん はねぎ ぶどう	しょうゆ 酒 塩 かつおだし こんぶだし	31.5	
(火)	せわりパン ギョウにゅう	パン	ギョウにゅう			667	
	フランクフルト	さとう	フランクフルト		ケチャップ ソース ワイン	25.4	
	さつまいもサラダ マヨネーズ	さつまいも		きゅうり キャベツ	塩 こしょう マヨネーズ	869	
	チンゲンサイのクリームスープ	油	ベーコン ギョウにゅう チーズ	たまねぎ チンゲンサイ 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 スープストック ワイン 塩 こしょう	32.1	
(水)	ごはん ギョウにゅう	こめ	ギョウにゅう			637	
	はるまき	こむぎこ はるさめ さとう でんぶん みずあめ 油	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	23.1	
	やさいのナムル	ごま油 ごま		もやし ほうれんそう にんじん なす 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 しょうゆ 酒 中華スープ トウバンジャン	814	
	マーボーなす	ごま油 でんぶん さとう	ぶたにく とうふ みそ			27.2	
(木)	バーガーパン ギョウにゅう	パン	ギョウにゅう			608	
	ハンバーグデミグラスソース	さとう でんぶん	とりにく ぶたにく	たまねぎ トマト にんにく しょうが	デミグラスソース ソース ケチャップ ワイン	25.7	
	ごぼうサラダ ごまドレッシング	ごま さとう		ごぼう きゅうり にんじん	しょうゆ みりん ドレッシング	803	
	はるさめスープ	はるさめ でんぶん	ぶたにく	たまねぎ にんじん チンゲンサイ しいたけ しょうが	しょうゆ スープストック 塩 がらスープ こしょう	32.5	
～行事食：長寿献立～敬老の日になんで「ま・ご・は・や・さ・し・い」の頭文字から始まる体に良い食材を取り入れました。							
(金)	むぎごはん ギョウにゅう	こめ おおむぎ	ギョウにゅう			580	
	さばのみぞれに	さとう	さば	だいこん しょうが	しょうゆ 塩 かつおだし こんぶだし	26.9	
	きりぼしだいこんのごまずあえ	ごま さとう	とうふ あぶらあげ わかめ みそ	きりぼしだいこん きゅうり もやし たまねぎ にんじん ごぼう えのきたけ ねぶかねぎ	しょうゆ す しょうゆ	721	
	みだくさんみそしる	じゃがいも			にぼしだし さばだし	31.9	
(木)	しょくパン いちごジャム ギョウにゅう	パン みずあめ さとう	ギョウにゅう	いちご		567	
	グラタン	じゃがいも こめご 油 みずあめ さとう でんぶん	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	18.4	
	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	733	
	チンゲンサイとにくだんこのスープ	でんぶん 油	とりにく ぶたにく	チンゲンサイ たまねぎ にんじん	がらスープ しょうゆ 酒 中華スープ 塩 こしょう	22.0	
～お月見献立～十五夜になんで、さといもやお月見デザートを取り入れた献立です。							
(金)	ごはん ギョウにゅう	こめ	ギョウにゅう			575	
	いわしのかばやき	でんぶん さとう 油	いわし	しょうが	しょうゆ みりん 酒	22.2	
	もやしとこまつなのあえもの	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	726	
	つきなじる	さといも	うずらたまご かまぼこ	だいこん にんじん	しょうゆ 塩 かつおだし	26.6	
(月)	おつきみデザート	さとう みずあめ 油	かんてん	みかん レモン			
	ごはん おかかふりかけ ギョウにゅう	こめ さとう でんぶん	ギョウにゅう かつおぶし のり	ちや	塩	584	
	ポークしゅうまい	こむぎこ でんぶん さとう	ぶたにく とりにく たら	たまねぎ	しょうゆ 塩	25.3	
	やさいのたくあんあえ	ごま		たくあん キャベツ きゅうり	塩	739	
(火)	ぶたにくとこんにやくのしょうがに	さとう 油	ぶたにく さつまあげ	たまねぎ こんにやく にんじん たけのこ さやいんげん しょうが	しょうゆ みりん 酒	31.1	榛原中
	うどん ギョウにゅう	うどん	ギョウにゅう			631	
	ごもくうどんつゆ	でんぶん	とりにく かまぼこ あぶらあげ	にんじん ほうれんそう ねぶかねぎ	しょうゆ みりん 塩 かつおだし	23.6	
	だいがくいも	さつまいも 油 さとう ごま			しょうゆ す	785	
(水)	やさいのアーモンドあえ	アーモンド さとう		こまつな キャベツ もやし	しょうゆ	28.5	榛原中
	ごはん ギョウにゅう	こめ	ギョウにゅう			609	
	あつやきたまご	さとう 油 でんぶん	たまご		す みりん しょうゆ 塩 かつおだし こんぶだし	23.3	
	ゆかりあえ	さとう		キャベツ きゅうり あかじそ	塩	758	
(水)	あつあげのちゅうかに	ごま油 でんぶん さとう	あつあげ ぶたにく	にんじん チンゲンサイ たけのこ しいたけ しょうが にんにく	しょうゆ 酒 中華スープ 塩 こしょう	27.7	