



がっこうきゅうしょくよていこんだてひょう 学校給食予定献立表

令和5年度 8・9月
牧之原市学校給食センター

日	こんだて	使われている主な材料とはたらき				エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 食塩(g)	お知らせ 欠食校	
		赤	緑	黄	調味料等			
		おもに体を作るもと	おもに体の調子を 整えるもと	おもにエネルギー のもと				
28月	 きゅうしょく 給食なし							
29火								
30水	げんまいい <small>せわ</small> 玄米入り背割りパン			パン げんまい		小 692		
	なすと <small>かぼちや</small> なすと かぼちやの ミートグラタン	ぶたにく チーズ	たまねぎ かぼちや なす トマト にんにく	マカロニ あぶら	ケチャップ ソース ハヤシルウ ワイン 塩 こしょう	24.3 2.8		
	や <small>い やさい</small> 焼きそば入り野菜ソテー	ぶたにく	キャベツ たまねぎ にんじん もやし チンゲンサイ	ちゅうかめん あぶら	焼きそばソース 塩 こしょう	895 30.8		
	フルーツポンチ	とうにゆう かんてん	パイン みかん もも レモン ぶどう りんご	さとう	ワイン	3.6		
31木	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		小 705		
	なつ <small>やさい</small> 夏野菜のカレー	ぶたにく チーズ	たまねぎ かぼちや なす トマト にんじん ピーマン えだまめ とうもろこし りんご しょうが にんにく	じゃがいも あぶら	カレールウ ケチャップ ソース チャツネ ワイン しょうゆ 塩 フィッシュカルシウム	26.7 2.4		
	だいず 大豆としらすの揚げ煮	だいず しらすぼし		あぶら さとう でんぷん	しょうゆ	874 31.5		
	きのこサラダ		キャベツ きゅうり えのきたけ しめじ とうもろこし たまねぎ	あぶら さとう	しょうゆ 酢	3.1		
9/1金	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		小 633		
	ぶたにく 豚肉のしょうが焼き	ぶたにく	たまねぎ しょうが にんにく	さとう あぶら	しょうゆ 酒	24.9		
	かぼちやの <small>そぼろ</small> かぼちやのそぼろ煮	とりにく	かぼちや しょうが	さとう でんぷん	しょうゆ みりん 酒	1.9		
	チンゲンサイのみそ汁 ぶどう	とうふ みそ	チンゲンサイ にんじん えのきたけ		かつお節 さば節	802 30.1 2.3		
4月	こくとう 黒糖パン			パン こくとう		小 638		
	ばーべきゅー チキンのBBQソース	とりにく	りんご しょうが レモン にんにく	こむぎこ さとう	しょうゆ 酒 しおこうじ	28.2 3.2		
	ラタトゥイユ		なす ズッキーニ たまねぎ トマト ピーマン にんにく	オリーブオイル	ケチャップ ソース コンソメ 塩 こしょう	841		
	チンゲンサイの クリームスープ	ベーコン ぎゅうにゆう	チンゲンサイ たまねぎ とうもろこし にんじん	じゃがいも あぶら	ベシマルソース ワイン スープストック 塩 こしょう	35.6 3.9		
5火	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		小 614		
	いわし <small>うめ</small> いわしの梅煮	いわし	うめ	さとう みずあめ でんぷん	しょうゆ 梅酢 かつお節	22.0		
	きゅうり <small>だいこん</small> きゅうりと大根のひたひた	かつおぶし	きゅうり だいこん	さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢 唐辛子	1.8		
	じゃがいも <small>だんご</small> じゃがいもだんごのみそ汁	とりにく みそ	たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	じゃがいもだんご	かつお節 さば節	795 27.1		
	れいとう 冷凍みかん		みかん			2.1		



がっこうきゅうしょくよていこんだてひょう 学校給食予定献立表



令和5年度 9月
牧之原市学校給食センター

日	こんだて	使われている主な材料とはたらき				エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 食塩(g)	お知らせ 欠食校
		赤	緑	黄	調味料等		
		おもに体を作るもと	おもに体の調子を整えるもと	おもにエネルギーのもと			
6 水 	ちゅうか 中華めん			ちゅうかめん		小 611 23.1 2.9 中 779 28.7 3.4	欠食校
	しょうゆラーメンスープ	ぶたにく わかめ	キャベツ テンゲンサイ にんじん ねぎ メンマ しょうが	ごまあぶら	しょうゆラーメンスープ ガラスープ 中華だし 塩 こしょう		
	あ 揚げぎょうざ	とりにく	キャベツ たまねぎ にんにく しょうが	こむぎこ あぶら でんぶん さとう ごまあぶら	しょうゆ 塩 こしょう		
	きりぼしだいこん 切干大根のサラダ		きゅうり とうもろこし にんじん きりぼしだいこん	ごまあぶら さとう	酢 塩		
7 木 	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		小 636 25.0 2.2 中 803 30.9 2.8	相良小
	ちくわのてんぷら	ちくわ あおさ		こむぎこ あぶら でんぶん	カレー粉		
	なすとピーマンのみそいため	ぶたにく みそ	なす たまねぎ ピーマン	さとう ごまあぶら	酒 みりん しょうゆ		
	かきたま汁	たまご とうふ	たまねぎ テンゲンサイ にんじん えのきたけ しいたけ	でんぶん	しょうゆ 塩 かつお節 昆布		
	フルーツ牛乳かん	ぎゅうにゅう アガー	みかん	さとう			
8 金 	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		小 612 22.7 1.8 中 774 28.0 2.2	相良小 重陽の節句
	さけ 鮭フライ	さけ		パンこ あぶら こむぎこ でんぶん	塩 こしょう		
	きっか 菊花あえ	かつおぶし	キャベツ ほうれんそう きく		しょうゆ		
	じゃがいもと冬瓜のみそ汁	みそ あぶらあげ	たまねぎ とうがん にんじん しめじ ねぎ	じゃがいも	かつお節 さば節		
	なし 梨		なし				
11 月 	かてめし	あぶらあげ	ごぼう にんじん しいたけ	こめ むぎ さとう ごまあぶら	しょうゆ 酒	小 638 25.1 2.3 中 791 30.3 2.8	日本 味めぐり 【関東】
	そぼろ入りたまごやき	たまご とりにく		さとう あぶら でんぶん	酢 みりん かつおだし しょうゆ 塩		
	こまつな 小松菜ともやしのもの	のり	こまつな もやし	さとう	しょうゆ 酢		
	ちゃんこ	ぶたにく とうふ とりにく	キャベツ にんじん ねぎ えのきたけ しめじ たら たまねぎ しょうが プルーン	パンこ でんぶん あぶら	ガラスープ しょうゆ みりん 酒 塩 さば節 昆布		
	りんご		りんご				

※献立内容は、都合により変更になる場合があります。





※材料は主原料のみ記載しています。食物アレルギー等で詳細を知りたい方は、給食センター(52-3184)まで御連絡ください。

※**太字**は、静岡県産(牧之原市産含む)の食品です。



がっこうきゅうしょくよていこんだてひょう 学校給食予定献立表

令和5年度 9月
牧之原市学校給食センター

日	こんだて	使われている主な材料とはたらき				エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 食塩(g)	お知らせ 欠食校
		赤	緑	黄	調味料等		
		おもに体を作るもと	おもに体の調子を整えるもと	おもにエネルギーのもと			
12 火	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		小 673 28.3 2.0 中 833 3.3 2.4	
	ぶたにくとレバーの かりんあげ	ぶたにく とりレバー	しょうが	でんぷん あぶら さとう	しょうゆ 酒		
	ごもくにまめ 五目煮豆	だいず とりにく こんぶ	こんにやく にんじん ごぼう さやいんげん	さとう あぶら	しょうゆ 酒		
	だいこん 大根のみそ汁	とうふ みそ わかめ	だいこん たまねぎ にんじん ねぎ		かつお節 さば節		
13 水	わかめごはん	わかめ		こめ さとう	塩	小 691 23.9 2.5	相良小 相良中 菅山小 リクエスト 
	とりにく 鶏肉のから揚げ	とりにく	にんにく しょうが	あぶら でんぷん こむぎこ	酒 しょうゆ 塩こうじ 塩		
	かいそう 海藻サラダ	かいそう	キャベツ きゅうり		棒棒鶏ドレッシング		
	コーンポタージュ	ぎゅうにゅう とうにゅう	とうもろこし たまねぎ にんじん パセリ	バター	ベシマルソース ガラスープ スープストック 塩 こしょう		
	シャインマスカット		シャインマスカット				
14 木	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		小 627 26.2 2.2 中 813 33.5 3.0	
	しゅうまい	ぶたにく とりにく たら	たまねぎ	こむぎこ でんぷん さとう	しょうゆ 塩		
	はるさめ 春雨サラダ		もやし きゅうり にんじん	はるさめ さとう ごま ごまあぶら	しょうゆ 酢		
	マーボーなす	とうふ ぶたにく みそ	なす たまねぎ ねぎ たけのこ にんじん にら しいたけ しょうが にんにく	さとう でんぷん ごまあぶら	しょうゆ オイスターソース 酒 豆板醤 フィッシュカルシウム		
	ぶどう		ぶどう				
15 金	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		小 668 23.4 1.9 中 857 28.9 2.4	
	ししゃもフライ	ししゃも		あぶら パンこ こむぎこ でんぷん	塩 こしょう		
	もやしチャンプルー	なまあげ ウインナー かつおぶし	もやし にんじん ピーマン	ごまあぶら	しょうゆ スープストック 塩		
	にく 肉じゃが	ぶたにく	たまねぎ こんにやく にんじん さやいんげん	じゃがいも さとう あぶら	しょうゆ みりん 酒		
19 火	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		小 654 27.3 1.9 中 811 32.3 2.2	敬老の日  
	かつおと大豆のみそがらめ	かつお だいず みそ	しょうが	あぶら でんぷん さとう	みりん 酒 しょうゆ		
	ひじきサラダ	ひじき	キャベツ とうもろこし にんじん えだまめ	さとう	ごまドレッシング しょうゆ みりん		
	いものこ汁	ぶたにく あぶらあげ	だいこん こんにやく ごぼう にんじん しいたけ ねぎ しょうが	さといも	しょうゆ 酒 みりん 塩 かつお節 昆布		

※献立内容は、都合により変更になる場合があります。

※材料は主原料のみ記載しています。食物アレルギー等で詳細を知りたい方は、給食センター(52-3184)まで御連絡ください。

※**太字**は、静岡県産(牧之原市産含む)の食品です。



がっこうきゅうしょくよていこんだてひょう 学校給食予定献立表

令和5年度 9月
牧之原市学校給食センター

日	こんだて	使われている主な材料とはたらき				エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 食塩(g)	お知らせ 欠食校
		赤	緑	黄	調味料等		
		おもに体を作るもと	おもに体の調子を整えるもと	おもにエネルギーのもと			
20 水	うどん			うどん		小 669 22.8 2.3 中 819 27.7 2.6	
	カレー南蛮のつゆ <small>なんばん</small>	ぶたにく あぶらあげ	たまねぎ にんじん ねぎ しょうが にんにく	でんぷん あぶら	カレーウ しょうゆ みりん 酒 塩 カレー粉 かつお節		
	だいがくも 大学芋			さつまいも あぶら さとう くるごとう はちみつ ごま	しょうゆ 酢		
	エリンギと野菜のソテー <small>やしき</small>	ウインナー	ほうれんそう もやし エリンギ にんにく	あぶら	コンソメ 塩 こしょう		
21 木	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		小 612 23.6 1.8 中 748 28.7 2.1	ひがん お彼岸
	ホキのバジル漬け焼き <small>つや</small>	ホキ			しょうゆ みりん バジル		
	ちくぜんに 筑前煮	とりにく	ごぼう たけのこ こんにやく にんじん さいいんげん しょうが	さとう あぶら	しょうゆ みりん 酒 和風だし		
	さつまいものみそ汁 <small>しる</small>	とうふ みそ	だいこん にんじん ねぎ	さつまいも	かつお節 さば節		
	おはぎ	かんてん		あずき もちごめ さとう	塩		
22 金	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		小 653 26.5 1.5 中 803 31.2 2.2	
	スタミナ焼き肉 <small>やく</small>	ぶたにく みそ	もやし ピーマン にら しょうが にんにく	でんぷん あぶら	テンメンジャン しょうゆ 酒 みりん 豆板醤		
	かぼちゃサラダ		かぼちゃ きゅうり	ノンエッグマヨネーズ	塩 こしょう		
	きのこのたまごとし汁 <small>じる</small>	たまご とりにく	たまねぎ ほうれんそう えのきたけ にんじん ねぎ しいたけ	でんぷん	しょうゆ 塩 みりん 昆布 かつお節		
	りんご		りんご				
25 月	<p style="text-align: center;">きゅうしょく 給食なし</p>						
26 火							
27 水							
28 木							
29 金	くり 栗ごはん			こめ もちごめ くり	酒	小 632 25.8 2.9 中 783 31.7 3.5	十五夜
	あかうお 赤魚の西京焼き <small>さいきょうや</small>	あかうお みそ		さとう	塩 酒かす		
	さといも 里芋のそぼろ煮 <small>に</small>	とりにく	たまねぎ にんじん えだまめ しょうが	さといも さとう あぶら でんぷん	しょうゆ 酒 みりん 和風だし		
	さわにわん 沢煮椀	とうふ ぶたにく	ごぼう にんじん たけのこ えのきたけ ねぎ		しょうゆ 酒 塩 かつお節 昆布		
	つきみ お月見だんご			しらたまだんご さとう でんぷん	しょうゆ みりん		