



令和2年度 1月分 学校給食予定献立表



御殿場市立南学校給食センター 0550-78-6689

日曜日	こんだて	おもに体をつくる もとなる食べ物	おもに体の調子を整える もとなる食べ物	おもにエネルギーの もとなる食べ物	栄養価	
					小学校	中学校
6	黒糖入り角型食パン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		パン こくとう	613	728
	白身魚のマヨコーン焼き	たら こなチーズ ぎゅうにゅう	たまねぎ とうもろこし パセリ	マヨネーズ	19	18
	ミネストローネ	とりにく	にんにく にんじん たまねぎ セロリー トマト さやいんげん	あぶら じゃがいも	33	32
	りんごゼリー			りんごゼリー	2.8	3.6
神山小6年3組のこんだて						
7	ごてんばコシヒカリごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ	643	797
	鶏肉のハーブ焼き	とりにく	バジル オレガノ	みずあめ さとう でんぷん	18	17
	にんじんしりしり	まぐろ たまご	にんじん	あぶら	27	24
	もち汁	かまぼこ	だいこん はくさい こまつな	さといも もち	1.6	1.9
8	メロンパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		パン メロンパンのきじ	602	790
	かぼちゃコロッケ		かぼちゃ たまねぎ	じゃがいも パンこ こむぎこ あぶら さとう でんぷん	13	12
	野菜のソテー	ベーコン	キャベツ とうもろこし あかピーマン		37	34
	ウインナーとポテトのスープ	ウインナー	にんじん はくさい さやいんげん	あぶら じゃがいも	2.5	3.4
成人の日						
神山小6年2組のこんだて						
12	ごてんばコシヒカリごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ	655	824
	おろしそハンバーグ	とりにく ぶたにく	たまねぎ だいこん にんにく しょうが	でんぷん ドレッシング さとう	16	16
	ほうれん草のバター炒め		ほうれん草 キャベツ とうもろこし にんじん	バター	27	26
	ピリ辛みそ汁 みかんゼリー	とりにく とうふ みそ	にんじん こぼろ ねぶかねぎ	あぶら さといも みかんゼリー	2.7	3.3
13	角型食パン 黒豆きなごクリーム ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		パン くろまめきなごクリーム	706	877
	ハムチーズサンドフライ	ぶたにく とりにく チーズ	たまねぎ	さとう パンこ こむぎこ あぶら	15	15
	マカロニのポロネーゼ	ぶたにく こなチーズ	にんにく しょうが マッシュルーム しめじ トマト たまねぎ パセリ	オリーブゆ さとう マカロニ	39	38
	ポトフ	ウインナー	たまねぎ にんじん セロリー さやいんげん	あぶら じゃがいも	3.7	4.5
14	ごてんばコシヒカリごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ	653	797
	麻婆豆腐	ぶたにく とうふ みそ	にんにく しょうが にんじん たまねぎ ねぶかねぎ たけのこ	あぶら さとう でんぷん ねぎあぶら	15	14
	チャプチェ	ハム	にんじん もやし チンゲンサイ	はるさめ ごまあぶら	30	26
	お米のムース			おこめのムース	2.4	2.5
富士岡小6年1組のこんだて						
15	ごてんばコシヒカリごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ	702	863
	鮭のムニエル	さけ		バター こむぎこ	18	17
	肉じゃが	ぎゅうにく さつまあげ	にんじん たまねぎ こんにゃく グリンピース	あぶら じゃがいも さとう	23	21
	大根のみそ汁 みかん大福	とうふ あぶらあげ みそ わかめ	だいこん ねぶかねぎ	みかんだいふく	2.3	3.0
富士岡小6年3組のこんだて						
18	ごてんばコシヒカリごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ	638	796
	みしまコロッケ	ぶたにく	たまねぎ	じゃがいも さとう パンこ こむぎこ あぶら	12	11
	フレンチサラダ		キャベツ とうもろこし あかピーマン	ドレッシング	28	25
	豚汁 スイーツポテト	ぶたにく とうふ みそ	にんじん だいこん こぼろ はくさい こんにゃく ねぶかねぎ	あぶら スイーツポテト	1.9	2.2
ふじのくに地産(ちさん)地消(ちしょう)週間(19日~23日)						
ごてんばこめこの日						
19	ごてんばコシヒカリごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ	575	716
	マダイのみそ漬け	マダイ みそ		さとう	19	18
	筑前煮	とりにく ちくわ	にんじん こぼろ れんこん たけのこ こんにゃく さやいんげん	あぶら さとう	26	23
	かきたま汁	かまぼこ とうふ たまご	にんじん しいたけ ねぶかねぎ	でんぷん	1.7	2.0
20	角型食パン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		パン	636	788
	チーズオムレツ	たまご チーズ		さとう でんぷん あぶら	18	18
	ウインナーとキャベツのソテー	ウインナー	キャベツ とうもろこし あかピーマン	オリーブゆ	38	37
	ビーフシチュー	ぎゅうにく	にんにく しょうが にんじん たまねぎ マッシュルーム しめじ グリンピース	あぶら じゃがいも ルウ	2.2	3.0

県産農畜水産物提供事業
「マダイ」

県産農畜水産物提供事業
「和牛」

