



がっこうきゅうしょくこんだてよていひょう
学校給食献立予定表



湯河原町立吉浜小学校

にち 日 よう 曜	こんだてめい	おもなしあん			エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	こんだてメモ かながわ産・ ゆがわら産食材
		なつ ちから 熱や力になる(黄)	ちにく 血や肉になる(赤)	からだちょうどいい 体の調子を整える(緑)		
1 水	ちゅうかどん 牛乳 わかめととうふのスープ	こめ おおむぎ あぶら さとう でんぶん ごま	ぶたにく いか なると わかめ うずらたまご きゅうにゅう とりにく とうふ	はくさい にんじん ねぶかねぎ だけのこ きくらげ もやし えのきたけ	631Kcal 32.5g 24.4g 2.6g	
2 木	ロールパン 牛乳 やさいとおにくのスープ ラザニアふう	ロールパン じゃがいも あぶら バター マカロニ こむぎこ	きゅうにゅう とりにく ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん しめじ トマト ブロッコリー パセリ	654Kcal 28.6g 29.7g 2.6g	ラザニアとは? イタリアから広まつ たパスタ料理。
3 金	むぎごはん 牛乳 はなふのすまじる さかなのみそマヨネーズやき だいすのいそべあげ	こめ おおむぎ ふ マヨネーズ バター さとう でんぶん あぶら	ぎゅうにゅう とりにく とうふ かつおぶし さばぶし さこし みそ だいす あおのり	にんじん ねぶかねぎ たもぎたけ ほうれんそう たまねぎ	715Kcal 35.9g 32.5g 1.7g	せつぶんこんだて 節分献立 節分では、地域によって炒つ た大豆、恵方巻、イワシなど 食べ、健康を願います。
6 月	キャロットライス 牛乳 ほたてチャウダー ガーリックソースチキン	こめ あぶら バター コーン じゃがいも こむぎこ さとう	きゅうにゅう ほたてかいばしら ウインナー はなまめ とりにく	にんじん たまねぎ パセリ にんにく	726Kcal 32.2g 29.7g 1.9g	キャロットライス 湯河原産の旬の人参 を使って作ります。
7 火	ゆがわらたんなんやきそば 牛乳 ワンタンスープ	ちゅうかめん あぶら さとう ワンタンのかわ	ぶたにく のり ぎゅうにゅう とりにく	キャベツ もやし にんじん たまねぎ にら チンゲンサイ えのきたけ かんきつかじゅう	631Kcal 29g 25.2g 2.4g	湯河原のB級グルメ を給食用にアレンジ して登場！
8 水	むぎごはん 牛乳 おことじる かじきのてりやき あおなのあえもの	こめ おおむぎ さといも こんにゃく さとう ごま	ぎゅうにゅう とりにく あずき みそ かじき かつおぶし さばぶし	だいこん にんじん ごぼう はねぎ にんにく もやし しょうが こまつな	563Kcal 34.7g 11.9g 1.9g	ことはじ 2月8日 事始め 健康を願い、お汁(6 つの食材を使ったみそ 汁)をいただく行事。
9 木	こめこロールパン 牛乳 ぶたにくとだいすのようふうに きりほしだいこんのサラダ	こめこロールパン じゃがいも あぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく だいす チーズ とりささみ	たまねぎ にんじん セロリ パセリ マッシュルーム だいこん きゅうり	635Kcal 34.6g 26.5g 2.7g	
10 金	かきあげどんぶり 牛乳 きゃべつのみそしる ゆがわらかんきつ	こめ おおむぎ さつまいも でんぶん こむぎこ あぶら さとう	いか ちくわ たまご とうふ きゅうにゅう あぶらあげ みそ かつおぶし さばぶし	たまねぎ にんじん ごぼう キャベツ えのきたけ かんきつるい	629Kcal 21.4g 18.1g 1.8g	湯河原かんきつ 農家より旬のものが 届きます。種類は、 当日のお楽しみ。
13 月	むぎごはん 牛乳 ちゅうかコーンスープ おにくとはるさめのいためもの	こめ おおむぎ あぶら コーン はるさめ	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん はねぎ にら キャベツ だけのこ	646Kcal 27.1g 20.5g 2.3g	
14 火	しろパン アシドミルク ハートマカロニスープ ぶたにくのトマトソースかけ ココアプリン	しろパン こめこマカロニ あぶら さとう	のむヨーグルト とりささみ ぶたにく きゅうにゅう ホイップクリーム	だいこん たまねぎ にんじん しめじ こまつな にんにく トマト	713Kcal 34.4g 21g 2.6g	バレンタイン献立
15 水	カレーライス 牛乳 えだまめとひじきのサラダ	こめ おおむぎ じゃがいも あぶら さとう こむぎこ バター コーン	ぶたにく ぎゅうにゅう ひじき ワインナー	たまねぎ にんじん にんにく ソニオソ キャベツ えだまめ	695Kcal 27g 24.9g 2.1g	



がっこうきゅうしょくこんだてよていひょう
学校給食献立予定表



湯河原町立吉浜小学校

日 曜 曜	こんだてめい	おもなしょくひん			エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	こんだてメモ かながわ産・ ゆがわら産食材
		ねつ らから 熱や力になる (黄)	ちにく 血や肉になる (赤)	からだこうしょとの 体の調子を整える (緑)		
16 木	「ラーメンちゃん」の しょうゆラーメン 牛乳 「へんしんレストラン」の シウマイ	ラーメン あぶら でんぶん さとう しゅうまいのかわ	ふたにく なると きゅうにゅう	もやし たけのこ ほうれんそう ねぶかねぎ たまねぎ しいたけ グリンピース	592Kcal 31.4g 22.3g 2.3g	としょ こんだけ 図書コラボ献立
17 金	むぎごはん 牛乳 ゆがわらやさいのスープ 「きょうのごはん」の てづくりコロッケ	こめ おおむぎ あぶら じゃがいも こむぎこ バンこ	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく たまご	だいこん キャベツ にんじん ブロッコリー たまねぎ	665Kcal 26.7g 23.6g 1.8g	としょ こんだけ 図書コラボ献立
20 月	うめちりめんごはん 牛乳 あつあげのみそしる さけのみそチーズやき ゆがわらかんきつ	こめ おおむぎ あぶら こんにゃく さとう	うめちり ぎゅうにゅう なまあげ みそ ぶたにく チーズ かつおぶし こんぶ さけ	たまねぎ にんじん こまつな かんきつかじゅう	619Kcal 36.1g 18.6g 2.3g	湯河原かんきつ 農家より旬のものが 届きます。種類は、 当日のお楽しみ。
21 火	とりなんばんうどん 牛乳 「ぐりとぐら」のカステラ	うどん さとう こむぎこ こめこ バター はちみつ	とりにく たまご あぶらあげ かつおぶし さばぶし こんぶ ぎゅうにゅう とうにゅう	はくさい ねぶかねぎ にんじん しいたけ こまつな	687Kcal 27.4g 24.4g 1.8g	としょ こんだけ 図書コラボ献立
22 水	バターライス 牛乳 ビーフシチュー キャベツサラダ	こめ おおむぎ バター あぶら じゃがいも コーン さとう	ぎゅうにゅう ぎゅうにく まぐろ	たまねぎ にんじん きゅうり セロリ マッシュルーム ブロッコリー ソニオン トマト パセリ キャベツ	611Kcal 23.1g 22.9g 1.6g	
23 木	てんのうたんじょうび 天皇誕生日					
24 金	フォカッチャ 牛乳 にくだんごのトマトにこみ ふゆやさいのごまドレサラダ	フォカッチャ あぶら さとう コーン ごまドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく たまご ハム	しょうが たまねぎ にんじん ソニオン しめじ トマト ブロッコリー キャベツ	570Kcal 26.9g 26.1g 1.8g	フォカッチャとは? イタリアで食べられ ている平たいパン
27 月	だんしへんとうぶ 「男子弁当部」のビビンバ 牛乳 ビーフンスープ	こめ おおむぎ ごま あぶら さとう ビーフン	ぎゅうにく ぶたにく ぎゅうにゅう とりささみ	もやし レタス ほうれんそう にんじん キャベツ にら しいたけ チンゲンサイ	571Kcal 31.4g 15.2g 2.1g	としょ こんだけ 図書コラボ献立
28 火	むぎごはん 牛乳 ぐだくさんみそしる さかなといものコロコロあげ ヨーグルト	こめ おおむぎ こんにゃく でんぶん じゃがいも あぶら さとう	ぎゅうにゅう とうふ みそ かつおぶし さばぶし かじき ヨーグルト	だいこん たまねぎ にんじん こまつな えのきたけ しょうが	634Kcal 28.9g 14.9g 2.1g	

※天候等の都合により、献立変更をする場合があります。

給食費集金について

湯河原町より給食費の補助があるため、
今月の集金はありません。

2月15日（水）
6年生 校外学習のため給食はありません。

図書とのコラボ給食

読書週間に、本に登場する料理の中から、給食にしたい料理のアンケートをしました。人気のあった料理が登場します。

3年生の声より
給食に登場します！

湯河原町の「食」を給食で

湯河原町のB級グルメのひとつ「たんたんたぬきの坦々やきそば」が給食に登場します。坦々やきそばは、練りごまや豆板醤などが使われた特製ソースを使用し、ピリ辛な味付けが特徴的です。湯河原産の柑橘果汁を隠し味に使用します。

海と山に囲まれた湯河原町は、食も豊かです。給食からも、町の素晴らしさを伝えていきます。給食週間では、鍛冶屋のみかん農園より届いた柑橘類の展示をしました。

