



令和7年6月 学校給食献立予定表



県立内原特別支援学校

日付	こ ん だ て め い	加糖(kcal) タンパク(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)	おもなざいりょう
2 (月)	豆乳うどん 牛乳 厚焼き玉子 ゆかり和え	789 31.8 24.1 2.75	ソフトメン(小麦粉 食塩 小麦たん白) 豚肉 ねぎ チンゲンサイ もやし にんにくしょうが コチュジャン 豆板醤 味噌 白ごま 砂糖 酒 中華スープストック 豆乳 塩 こしょう ごま油 牛乳 鶏卵 砂糖 酢 しょうゆ 塩 かつおだし 昆布だし 油 澱粉 キャベツ にんじん 切り干し大根 わかめ ゆかり
3 (火)	焼きそば 牛乳 中華サラダ かきたま汁	721 30.5 19.7 2.98	中華めん 豚肉 たまねぎ にんじん キャベツ 油 焼きそばソース 青のり 牛乳 小松菜 きゅうり にんじん もやし きくらげ ささみフレーク しょうゆ 酢 砂糖 ごま油 塩 鶏卵 なら にんじん 干し椎茸 たまねぎ 中華スープストック しょうゆ 澱粉 塩 こしょう
4 (水)	ミルクパン 牛乳 タンドリーチキン ブロッコリーのサラダ キャベツのスープ レモンゼリー	794 27.5 30.4 2.27	小麦粉 砂糖 塩 脱脂粉乳 イースト 牛乳 鶏肉 たまねぎ にんにくしょうが ヨーグルト トマトペースト 塩 カレー粉 ブロッコリー カリフラワー たまねぎ コールスロートレッシング キャベツ にんじん 干し椎茸 筍水煮 カレー粉 ブイオン 塩 こしょう ナタデココ グラニュー糖 ぶどう糖 レモン果汁 ゲル化剤
5 (木)	ごはん 牛乳 メバルの味噌焼き ひじきの煮物 けんちん汁	765 31.6 24.3 1.85	白米 牛乳 メバル 味噌 みりん 砂糖 酒 ひじき ちくわ 大豆 こんにゃく にんじん 干し椎茸 砂糖 しょうゆ みりん 和風だし 酒 油 鶏肉 大根 にんじん 里芋 ごぼう こんにゃく 豆腐 ねぎ しょうゆ 和風だし 塩
6 (金)	ごはん 牛乳 ヒレカツ キャベツのサラダ 具だくさん汁	822 30.9 29.3 1.65	白米 牛乳 豚肉 塩 こしょう 小麦粉 鶏卵 パン粉 油 中濃ソース キャベツ きゅうり ブロッコリー ささみフレーク にんじん すりごましょうゆドレッシング れんこん にんじん こんにゃく 大根 ごぼう 油揚げ しめじ 干し椎茸 ねぎ 味噌 和風だし 塩
9 (月)	スパゲティミートソース 牛乳 フレンチサラダ パインコンポート	697 27.5 22.8 1.80	ソフトスパゲティ 豚肉 にんじん たまねぎ しょうが にんにく オリーブオイル トマトピューレ 中濃ソース ケチャップ 小麦粉 ブイオン 塩 こしょう 牛乳 キャベツ とうもろこし たまねぎ 赤ピーマン きゅうり オリーブオイル 酢 砂糖 塩 こしょう パインアップル 砂糖 酸味料
10 (火)	ごはん 牛乳 鶏肉のピリ辛焼き 切り干し大根のサラダ 豚汁	713 33.8 24.3 2.59	白米 牛乳 鶏肉 ねぎ にんにく 白ごま 砂糖 唐辛子 しょうゆ ごま油 切り干し大根 にんじん 小松菜 酢 しょうゆ 油 豚肉 大根 にんじん ごぼう ねぎ 豆腐 こんにゃく 味噌 和風だし
11 (水)	丸パン 牛乳 ハンバーグピカタ 野菜サラダ ブイヤベース風スープ	678 28.3 21.8 2.89	小麦粉 砂糖 塩 脱脂粉乳 イースト 牛乳 鶏卵 鶏肉 たまねぎ パン粉 大豆たん白 しょうゆ 砂糖 塩 こしょう 澱粉 砂糖 キャベツ ブロッコリー にんじん とうもろこし ハム きゅうり サウザンアイランドドレッシング えび いか あさり ベーコン ホールトマト にんじん たまねぎ セロリ パセリ にんにく オリーブオイル バター ブイオン 塩こしょう
12 (木)	ごはん 牛乳 おからコロッケ ミモザサラダ ごまみそ汁	793 21.1 23.4 1.82	白米 牛乳 じゃがいも ごぼう にんじん たまねぎ おから ひじき 砂糖 しょうゆ 塩 パン粉 小麦粉 澱粉 大豆たん白 油 ブロッコリー キャベツ にんじん 鶏卵 オリーブオイル 塩 こしょう 酢 じゃがいも ねぎ 油揚げ 白ごま 味噌 和風だし
13 (金)	焼肉丼 牛乳 ロマネスコサラダ みそ汁	656 28.4 17.2 2.86	白米 豚肉 たまねぎ にんじん ピーマン にんにく しょうが 油 酒 みりん 砂糖 しょうゆ こしょう 牛乳 ブロッコリー ロマネスコカリフラワー 黄ピーマン たまねぎ オリーブオイル 酢 塩 こしょう わかめ 豆腐 ねぎ 味噌 和風だし
16 (月)	かき揚げうどん 牛乳 磯和え あじさいゼリー	814 27.1 26.5 2.65	ソフトメン(小麦粉 食塩 小麦たん白) たまねぎ 小麦粉 にんじん 油 ごぼう 春菊 塩 ベーキングパウダー 鶏肉 干し椎茸 油揚げ 大根 ねぎ なたしょうゆ だしパック 酒 みりん 塩 牛乳 ほうれん草 もやし まぐろ水煮 しょうゆ のり ぶどう果汁 砂糖 ゲル化剤 クエン酸鉄Na 水あめ クチナシ色素
17 (火)	ハヤシライス 牛乳 フレンチサラダ ヨーグルト	792 27.6 24.0 2.81	白米 牛肉 たまねぎ にんじん マッシュルーム しめじ ハヤシフレーク デミグラスソース 油 牛乳 キャベツ とうもろこし ハム たまねぎ チーズ オリーブオイル 酢 砂糖 塩 こしょう 生乳 グラニュー糖 乳製品
18 (水)	黒パン 牛乳 鮭の香草パン粉焼き ほうれん草サラダ 野菜スープ	689 31.1 20.1 2.90	小麦粉 黒砂糖 塩 脱脂粉乳 イースト 牛乳 鮭 香草ミックス(チーズ 塩 赤ピーマン にんじん トマトパウダー パセリ 砂糖 しょうゆ チキンエキス 香辛料) ほうれん草 にんじん とうもろこし ささみフレーク ごまクリームドレッシング キャベツ にんじん たまねぎ パセリ じゃがいも ブイオン バター 塩 こしょう
19 (木)	雑穀ごはん 牛乳 鶏肉の塩レモン焼き ポテトサラダ もずくスープ	762 31.7 25.5 2.01	白米 麦 ひえ 粟 きび ごま 牛乳 鶏肉 しょうゆ 塩 レモン果汁 こしょう じゃがいも たまねぎ にんじん きゅうり マヨネーズ 塩 こしょう 万能ねぎ たまねぎ もずく 豆腐 鶏卵 酒 片栗粉 しょうゆ 中華スープストック 塩
20 (金)	キムタクごはん 牛乳 小松菜のナムル ワントンスープ	723 24.7 15.8 2.35	白米 豚肉 キムチ つば漬け 万能ねぎ 中華スープストック ごま油 塩 こしょう 牛乳 小松菜 もやし にんじん しょうゆ 塩 ごま油 酢 ワントンの皮 にんじん たまねぎ 干し椎茸 チンゲンサイ 中華スープストック しょうゆ 塩 こしょう
23 (月)	きつねうどん 牛乳 豆腐と野菜のナゲット 和風サラダ	742 35.0 25.9 2.83	ソフトメン(小麦粉 食塩 小麦たん白) 油揚げ 鶏肉 大根 にんじん ねぎ かまぼこ しょうゆ だしパック 酒 みりん 塩 牛乳 豆腐 魚すり身 油 たまねぎ にんじん 枝豆 とうもろこし 豆乳 大豆たん白 砂糖 塩 小麦粉 澱粉 わかめ きゅうり にんじん キャベツ かまぼこ 酢 しょうゆ 砂糖 塩
24 (火)	ごはん 牛乳 筑前煮 梅和え みそ汁	736 31.9 19.5 2.52	白米 牛乳 鶏肉 にんじん ごぼう れんこん こんにゃく 筍 里芋 いんげん 干し椎茸 しょうゆ 砂糖 酒 ほうれん草 かにかまぼこ ねり梅 しょうゆ 砂糖 豆腐 わかめ ねぎ 油揚げ 味噌 和風だし
25 (水)	コッペパン 牛乳 ポロニアステーキ シーザーサラダ ポトフ	794 27.5 30.4 2.27	小麦粉 砂糖 塩 脱脂粉乳 イースト 牛乳 鶏肉 豚肉 ラード 澱粉 砂糖 塩 こしょう パプリカパウダー ナツメグ オニオンパウダー にんにく キャベツ ベーコン きゅうり たまねぎ シーザードレッシング ブロッコリー ウインナー にんじん たまねぎ 乾燥パセリ じゃがいも ブイオン バター 塩 こしょう
26 (木)	ごはん 牛乳 ヤンニョムチキン パンサンスー 中華スープ	758 29.9 21.9 2.46	白米 牛乳 鶏肉 酒 澱粉 にんにく 油 ケチャップ 水あめ しょうゆ ごま油 白ごま ささみフレーク きゅうり キャベツ にんじん 春雨 しょうゆ 酢 砂糖 ごま油 塩 わかめ ねぎ にんじん もやし 鶏卵 中華スープストック しょうゆ 塩 こしょう
27 (金)	ひじきごはん 牛乳 さばの味噌煮 ごま和え さつま汁	771 27.7 22.2 2.33	白米 ひじき 油揚げ にんじん 干し椎茸 しょうゆ 酒 砂糖 みりん 塩 牛乳 さば 味噌 しょうゆ 砂糖 みりん 酒 しょうが ほうれん草 もやし にんじん ひじき 白ごま 砂糖 しょうゆ 豚肉 さつまいも にんじん だいこん ねぎ こんにゃく ごぼう 油 しょうゆ 和風だし 塩
30 (月)	チャンポンうどん 牛乳 卵の中華炒め バナナ	742 35.0 25.9 2.83	ソフトメン(小麦粉 食塩 小麦たん白) 豚肉 ほうたて かまぼこ たまねぎ にんじん 白菜 もやし チンゲンサイ ねぎ しょうが にんにく 油 チャンポンスープの素 片栗粉 牛乳 鶏卵 豚肉 ねぎ ほうれん草 しょうが 春雨 しょうゆ 油 酒 砂糖 塩 中華スープストック こしょう バナナ

※掲載されている栄養価は、中学部・高等部の基準になります。小学1・2年生はこの6割、小学3・4年生は6.5割、小学5・6年生は8割になります。