

10月は、小学部のリクエストメニューがあります。
★印のついているのがリクエストメニューです。

令和7年10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	807-(kcal) 707-(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)	おもなざいりょう
1 (水)	ロールパン 牛乳 ★オムレツ ひじきとチーズのサラダ ポークビーンズ	742 26.2 21.1 2.68	小麦粉 砂糖 塩 脱脂粉乳 イースト バター 牛乳 鶏卵 チキンスープ ほうれん草 タピオカ澱粉 砂糖 油 酢 ひじき チーズ キャベツ ほうれん草 野菜ドレッシング 大豆 豚肉 たまねぎ じゃがいも にんじん 油 ホールトマト プイオン ケチャップ 砂糖 こしょう
2 (木)	ごはん 牛乳 ★さばの味噌煮 ゆかり和え 沢煮鮎	786 28.2 19.8 2.07	白米 牛乳 さば 砂糖 しょうゆ 酒 みりん しょうが 味噌 キャベツ にんじん 切り干し大根 ゆかり 鶏肉 にんじん ごぼう 干し椎茸 菊 みつば だしパック しょうゆ 酒 塩
3 (金)	ごはん 牛乳 豚肉のレモン生姜炒め おかかマヨ和え 具だくさん汁	794 28.9 20.0 2.59	白米 牛乳 豚肉 しょうが 酒 澱粉 たまねぎ キャベツ レモン果汁 しょうゆ 塩 みりん 砂糖 油 里芋 ブロッコリー きゅうり マヨネーズ しょうゆ かつお節 にんじん 大根 ねぎ ほうれん草 ごぼう じゃがいも 油揚げ ちくわ 干し椎茸 わかめ 白ごま 味噌 和風だし
6 (月)	★きつねうどん 牛乳 玉子焼き お浸し お月見梨ゼリー	768 33.3 20.9 2.75	ソフトメン(小麦粉 塩 小麦たん白) 油揚げ 鶏肉 大根 にんじん ねぎ 干し椎茸 だしパック しょうゆ みりん 酒 塩 牛乳 鶏卵 ごぼう にんじん れんこん 菊 椎茸 砂糖 水あめ しょうゆ 油 かつおエキスを 米酢 塩 かつおだし 昆布だし でん粉 ほうれん草 もやし にんじん しょうゆ ぶどう糖 グラニュー糖 なし果汁 レモン果汁 ゲル化剤 香料 ビタミンC
7 (火)	ごはん 牛乳 ★鶏のから揚げ ナムル ★わかめスープ	730 33.7 16.7 2.69	白米 牛乳 鶏肉 しょうが 片栗粉 しょうゆ 酒 揚げ油 ほうれん草 もやし にんじん 白ごま ごま油 しょうゆ 酢 砂糖 塩 わかめ にんじん どうもろこし ねぎ エリンギ 豆腐 中華だし しょうゆ 塩 こしょう
8 (水)	ミルクパン 牛乳 ★フラックフルト 三色ソテー 野菜スープ	743 30.6 18.0 3.00	小麦粉 砂糖 塩 脱脂粉乳 イースト 牛乳 豚肉 塩 砂糖 こしょう どうもろこし もやし ほうれん草 無塩バター プイオン 塩 こしょう キャベツ にんじん じゃがいも ブロッコリー マッシュルーム プイオン 塩 こしょう
9 (木)	ごはん 牛乳 ★鮭のねぎ味噌焼き 磯和え にら玉スープ	712 28.0 14.5 2.49	白米 牛乳 鮭 ねぎ 味噌 白ごま しょうゆ みりん 酒 小松菜 キャベツ えのきたけ のり しょうゆ にら にんじん たまねぎ 干し椎茸 しょうゆ 中華スープストック 塩 こしょう
10 (金)	★牛丼 牛乳 さっぱり和え 味噌汁	730 30.9 22.0 2.39	白米 牛肉 たまねぎ しらす 枝豆 干し椎茸 しょうが しょうゆ 砂糖 酒 みりん 塩 牛乳 れんこん 水菜 にんじん 切り干し大根 わかめ ねり梅 ポン酢 塩 小松菜 しめじ 長ねぎ 油揚げ 味噌 和風だし
14 (火)	ごはん 牛乳 ★鶏肉のスタミナ焼き 切り干し大根のサラダ ★豚汁	748 33.7 22.8 2.73	白米 牛乳 鶏肉 ねぎ にんにく 白ごま 砂糖 酒 とうがらし しょうゆ ごま油 切り干し大根 にんじん 小松菜 まぐろ水煮 酢 しょうゆ 油 豚肉 大根 にんじん ごぼう ねぎ とうふ 豆腐 じゃがいも こんにゃく 和風だし 味噌
15 (水)	★はちみつパン 牛乳 鶏肉のマスタード焼き カラフルサラダ パンプキンスープ	794 33.8 25.7 2.81	小麦粉 砂糖 塩 脱脂粉乳 イースト はちみつ 牛乳 鶏肉 にんにく 砂糖 粒マスタード しょうゆ レモン果汁 塩 こしょう 大豆 水菜 赤ピーマン 黄ピーマン キャベツ きゅうり にんじん 白ごま 酢 しょうゆ 砂糖 ごま油 かぼちゃペースト たまねぎ パセリフレック 小麦粉 牛乳 プイオン 塩 こしょう バター
16 (木)	ごはん 牛乳 ★ハンバーグ ジャーマンポテト きのこスープ	738 24.7 17.2 2.08	白米 牛乳 豆腐 たまねぎ 鶏肉 豚肉 たら ラード 米粉 砂糖 塩 チキンエキス 酵母エキス みりん 香辛料 じゃがいも たまねぎ ベーコン むき枝豆 油 プイオン 塩 こしょう しめじ にんじん ほうれん草 えのき 中華スープストック しょうゆ 酒 塩 こしょう
17 (金)	★わかめごはん 牛乳 さわらの西京焼き 和風和え のっぺい汁	785 33.1 21.8 2.13	白米 わかめご飯の素 牛乳 さわら 西京味噌 ほうれん草 にんじん 油揚げ しょうゆ 砂糖 味噌 干し椎茸 鶏肉 ごぼう にんじん みつば しょうゆ 酒 かつおだし でんぶん
20 (月)	★しょうゆラーメン 牛乳 卵と小松菜の炒め物 ★バナナ	715 30.3 16.7 3.01	中華めん 焼き豚 メンマ ほうれん草 にんじん もやし ねぎ なたし しょうゆラーメンスープ 牛乳 鶏卵 小松菜 にら 筍水煮 きくらげ しょうが 春風油 酒 砂糖 中華だし しょうゆ 塩 こしょう バナナ
21 (火)	★キムタクごはん 牛乳 小松菜のナムル ワンタンスープ	724 25.1 15.9 2.35	白米 キムチ つば演げ 万能ねぎ 中華だし 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 ワンタンの皮 にんじん たまねぎ 干し椎茸 チンゲンサイ 中華だし しょうゆ 塩 こしょう
22 (水)	★ココア揚げパン 牛乳 きのこサラダ ミネストローネ	751 23.4 27.5 2.13	小麦粉 砂糖 塩 脱脂粉乳 イースト 油 ココアパウダー 牛乳 えのき しめじ エリンギ キャベツ ほうれん草 イタリアンドレッシング ベーコン にんじん キャベツ 干し椎茸 筍水煮 バター プイオン 塩 こしょう
23 (木)	ごはん 牛乳 ★春巻 ハ芭菜 中華スープ	753 32.1 26.2 2.80	白米 牛乳 キャベツ たまねぎ にんじん 春風 澱粉 しょうゆ 油 砂糖 塩 酵母エキス 香辛料 小麦粉 乳化剤 白菜 イカ 筍 にんじん 干し椎茸 たまねぎ ピーマン 中華だし しょうゆ 塩 油 ごま油 でんぶん 豚肉 きくらげ にんじん もやし 豆腐 ごま油 中華だし しょうゆ 塩 こしょう
24 (金)	★焼き肉丼 牛乳 ロマネスコサラダ 味噌汁	756 28.4 17.2 2.68	白米 豚肉 たまねぎ にんじん ピーマン 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 カリフラワー 黄ピーマン オリーブオイル 酢 塩 こしょう わかめ 豆腐 ねぎ 和風だし 味噌
27 (月)	★味噌ちゃんこうどん 牛乳 かぼちゃおやき れんこんと枝豆のサラダ	794 29.7 21.0 2.85	ソフトメン(小麦粉 塩 小麦たん白) 油揚げ 肉団子 白菜 大根 にんじん ねぎ 干し椎茸 だしパック 味噌 しょうゆ みりん 酒 塩 牛乳 小麦粉 かぼちゃ 砂糖 酢 タピオカ澱粉 ベーキングパウダー 重曹 塩 れんこん 枝豆 もやし にんじん マヨネーズ 白ごま 塩 こしょう
28 (火)	ごはん 牛乳 ★トンカツ キャベツのサラダ 田舎汁	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 ささみフレック 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 しょうゆ 和風だし 塩
29 (水)	黒パン 牛乳 ベーコンポテトバーグ マカロニサラダ ★クリームシチュー	752 32.1 28.3 2.84	小麦粉 黒砂糖 塩 脱脂粉乳 イースト 牛乳 ベーコン たまねぎ じゃがいも 鶏肉 パン粉 大豆たん白 油 澱粉 砂糖 塩 香辛料 マカロニ たまねぎ きゅうり にんじん どうもろこし ハム マヨネーズ 塩 こしょう じゃがいも たまねぎ にんじん 鶏肉 パセリ 牛乳 ベシャメルソース プイオン 塩 こしょう
30 (木)	★鶏肉ときのこのカレーライス 牛乳 海藻サラダ アップルコンポート	748 26.8 23.3 2.70	白米 鶏肉 まいたけ しめじ えのき マッシュルーム たまねぎ にんじん グリンピース カレールー(※乳成分なし) ケチャップ 中濃ソース 牛乳 海藻ミックス キャベツ もやし 青じそドレッシング りんご 砂糖

※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。