



令和8年2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	加リ-(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)	きつねうどん	768	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	33.3	牛乳
	五目玉子焼き	20.9	鶏卵 ごぼう にんじん れんこん 筍 椎茸 砂糖 水あめ しょうゆ 油 かつおエキス 米酢 塩 かつおだし 昆布だし てん粉
	お浸し	2.75	ほうれん草 もやし にんじん しょうゆ
3 (火)	ごはん	816 33.6 27.9 2.08	白米
	牛乳		牛乳
	いわしフライ		いわし たら 鶏肉 たまねぎ ごぼう れんこん 小麦粉 にんじん 砂糖 味噌 みりん 塩 青のり こしょう パン粉 コーンスターチ なたね油
	れんこんのきんぴら		れんこん にんじん いんげん しらたき ごま油 しょうゆ みりん 塩 白ごま
	みぞれ汁		鶏肉 しょうが だいこん しめじ にんじん 白菜 豆腐 ねぎ しょうゆ 和風だし 塩
4 (水)	節分豆乳プリン	801 30.3 29.1 2.87	粉あめ 豆乳 グラニュー糖 油 カラメルソース 塩 ゲル化剤 香料
	ナン		小麦粉 砂糖 塩 イースト なたね油
	牛乳		牛乳
	キーマカレー		豚肉 ひよこ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも ほうれん草 にんにく しょうが カレールー カレー粉 ウスターソース ケチャップ はちみつ オリーブオイル
	フレンチサラダ		キャベツ きゅうり とうもろこし 赤ピーマン オリーブオイル 酢 砂糖 塩 こしょう
5 (木)	ぶどうゼリー	767 30.3 19.3 2.41	ぶどう糖 グラニュー糖 ぶどう果汁 ゲル化剤 香料 ビタミンC
	ごはん		白米
	牛乳		牛乳
	にらまんじゅう		豚肉 キャベツ にら たまねぎ しょうゆ にんにく 油 塩 小麦粉 大豆粉末 こんにゃく粉 砂糖
	チンジャオロースー		牛肉 しょうが ピーマン 筍水煮 ねぎ オイスターソース 酒 しょうゆ 油 澱粉 砂糖 塩 こしょう
6 (金)	エビ団子スープ	743 23.2 21.9 2.61	エビ団子 春雨 にんじん たまねぎ 干し椎茸 小松菜 中華だし しょうゆ 塩 酒 こしょう
	豚肉の柳川風丼		白米 豚肉 ごぼう たまねぎ 干しいいたけ 鶏卵 しょうゆ 砂糖 酒 みりん 塩
	牛乳		牛乳
	澄まし汁		ゆば 豆腐 みつば しょうゆ だしパック 塩
	みかん		みかん
9 (月)	野菜タンメン	749 32.8 20.1 2.67	中華麺 豚肉 白菜 もやし たまねぎ にんじん にら きくらげ 塩ラーメンスープ
	牛乳		牛乳
	春巻き		キャベツ たまねぎ にんじん 春雨 澱粉 しょうゆ 油 砂糖 塩 酵母エキス 香辛料 小麦粉 乳化剤 油
	バナナ		バナナ
10 (火)	ごはん	749 32.8 20.1 2.67	白米
	牛乳		牛乳
	鮭の幽庵焼き		鮭 みりん 酒 しょうゆ ゆず
	ほうれん草のごま和え		ほうれん草 にんじん もやし ひじき 白ごま 砂糖 しょうゆ
	さつまい		鶏肉 だいこん にんじん さつまいも 豆腐 ねぎ こんにゃく 味噌 和風だし
12 (木)	ごはん	749 30.2 24.6 1.88	白米
	牛乳		牛乳
	ハンバーグ		常陸牛 豚肉 たまねぎ パン粉 鶏卵 サラダ油 白ごま ナツメグ ケチャップ 塩 こしょう
	レモンマヨネーズサラダ		キャベツ とうもろこし きゅうり にんじん まぐろ水煮 レモン果汁 マヨネーズ 塩
	きのこスープ		鶏肉 じゃがいも にんじん たまねぎ しめじ 小松菜 マッシュルーム ブイヨン 塩 こしょう
13 (金)	チキンライス	815 30.5 25.9 2.78	白米 鶏肉 たまねぎ にんじん グリンピース とうもろこし マッシュルーム ケチャップ ブイヨン オリーブオイル 塩 こしょう
	牛乳		牛乳
	ハートオムレツ		鶏卵 チキンスープ タピオカ澱粉 砂糖 油 酢 塩
	カラフルサラダ		キャベツ きゅうり とうもろこし 赤ピーマン オリーブオイル 酢 砂糖 塩 こしょう
	ポトフ		アスパラ キャベツ にんじん たまねぎ じゃがいも パセリ ブイヨン 塩 こしょう
16 (月)	チョコプリン	730 24.9 14.0 2.75	グラニュー糖 粉あめ ココアパウダー カカオマス 塩 加工澱粉 ゲル化剤 香料
	味噌ちゃんこうどん		ソフトメン(小麦粉 食塩 小麦たん白)肉団子 白菜 にんじん ねぎ たまねぎ にら 水菜 干し椎茸 しょうが にんにく 中華スープストック 味噌 しょうゆ 塩
	牛乳		牛乳
	ミニ肉まん		小麦粉 たまねぎ 砂糖 豚肉 筍 しょうゆ パン粉 イースト 塩 オイスターソース 酒 ごま油 しょうが にんにく しいたけ
	ゆかり和え		キャベツ にんじん もやし 切り干し大根 わかめ ゆかり 塩
17 (火)	ごはん	722 24.4 15.7 2.54	白米
	牛乳		牛乳
	れんこんシューマイ		たまねぎ 豚肉 鶏肉 れんこん でん粉 大豆たん白 しょうゆ 砂糖 しょうが 塩 魚介エキス 小麦粉
	ホイコーロー		キャベツ にんじん 豚肉 ピーマン しょうが ねぎ きくらげ にんにく 砂糖 しょうゆ 酒 甜麺醬 豆板醬 油
	わかめスープ		わかめ ねぎ 白ごま 中華スープストック しょうゆ 塩 こしょう
18 (水)	コッペパン/いちごジャム	783 27.1 34.6 2.97	小麦粉 砂糖 塩 脱脂粉乳 イースト /いちご 砂糖 ペクチン
	牛乳		牛乳
	鯖チーズフライ		鯖 パン粉 チーズ 小麦粉 塩 油
	シルバーサラダ		春雨 にんじん きゅうり キャベツ ハム マヨネーズ 酢 塩 こしょう
	クラムチャウダー		あさり ぼたて ベーコン たまねぎ じゃがいも にんじん パセリ 牛乳 ベシamelソース 塩 こしょう
19 (木)	キムタクごはん	723 24.7 15.8 2.35	白米 キムチ つば漬け 万能ねぎ 中華だし ごま油 塩 こしょう
	牛乳		牛乳
	小松菜のナムル		小松菜 もやし にんじん しょうゆ 塩 ごま油 酢
	ワンタンスープ		ワンタンの皮 にんじん たまねぎ 干し椎茸 チンゲンサイ 中華スープストック しょうゆ 塩 こしょう
20 (金)	ハヤシライス	798 30.2 23.1 2.56	白米 豚肉 たまねぎ にんじん マッシュルーム 枝豆 ハヤシフレーク デミグラスソース ケチャップ 油
	牛乳		牛乳
	ハムマリネサラダ		ハム キャベツ たまねぎ ほうれん草 とうもろこし オリーブオイル しょうゆ 酢 塩 こしょう
	ヨーグルト		生乳 グラニュー糖 乳製品
24 (火)	麻婆豆腐丼	796 30.4 28.2 2.53	白米 豆腐 干し椎茸 にんじん たけのこ水煮 豚肉 ねぎ しょうが にんにく にら たまねぎ コチュジャン 甜麺醬 酒 味噌 しょうゆ 砂糖 オイスターソース 片栗粉 ごま油
	牛乳		牛乳
	春雨サラダ		春雨 ササミフレーク キャベツ きゅうり マヨネーズ 塩 こしょう
	中華スープ		とうもろこし チンゲンサイ しめじ たまねぎ 万能ねぎ 鶏卵 中華スープストック 塩 こしょう
25 (水)	黒パン	793 29.1 25.5 2.72	小麦粉 黒砂糖 塩 脱脂粉乳 イースト
	牛乳		牛乳
	メンチカツ		豚肉 たまねぎ 牛肉 パン粉 ケチャップ 砂糖 塩 こしょう 小麦粉 油
	コールスロー		キャベツ きゅうり とうもろこし たまねぎ にんじん マヨネーズ 砂糖 レモン果汁 塩 こしょう
	コーンポタージュ		クリームコーン とうもろこし たまねぎ 白花豆 牛乳 ベシamelソース ブイヨン 塩 こしょう
27 (金)	ごはん	794 31.0 22.2 2.04	白米
	牛乳		牛乳
	イナダの塩麴焼き		イナダ 塩麴
	ひじきの煮物		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
	ごま味噌汁		じゃがいも ねぎ 油揚げ 白ごま 味噌 和風だし

※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。