



令和6年5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 | 加味(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g) | おもなざいりょう |
|--------|--|---|--|
| 1 (水) | きなこ揚げパン 牛乳 きのこサラダ キャベツのスープ | 677 25.8 28.7 2.13 | 小麦粉 砂糖 塩 脱脂粉乳 イースト 油 きなこ 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 プイヨン 塩 こしょう |
| 2 (木) | ごはん 牛乳 いわしフライ 春雨サラダ のっぺい汁 こどもの日日向夏ゼリー | 747 23.8 22.0 1.51 | 白米 牛乳 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 あおき こしょう パン粉 大豆たん白 どうもろこし澱粉 菜種油 春雨 ハム キャベツ きゅうり マヨネーズ 塩 こしょう 鶏肉 しょうが 大根 しめじ 白菜 にんじん 豆腐 ねぎ しょうゆ 塩 和風だし ぶどう糖 グラニュー糖 日向夏果汁 レモン果汁 ゲル化剤 香料 ゲル化剤 ビタミンC |
| 7 (火) | 中華丼 牛乳 シューマイ 春雨スープ | 647 26.2 20.9 2.50 | ごはん 強化米 豚肉 油 筍水煮 白菜 チンゲンサイ かまぼこ きくらげ しょうが 中華スープストック しょうゆ 酒 塩 こしょう 片栗粉 牛乳 豚肉 たまねぎ パン粉 澱粉 しょうが 砂糖 塩 小麦粉 水あめ もやし 干し椎茸 にんじん 春雨 中華スープストック しょうゆ 塩 こしょう |
| 8 (水) | はちみつパン 牛乳 鶏肉のバジルトマト焼き マカロニサラダ 具だくさんスープ | 781 33.9 29.7 2.77 | 小麦粉 砂糖 塩 脱脂粉乳 イースト はちみつ 牛乳 鶏肉 ホールトマト バジルソース 塩 マカロニ ハム にんじん どうもろこし きゅうり マヨネーズ 塩 こしょう ベーコン きくらげ にんじん キャベツ たまねぎ バター プイヨン 塩 こしょう |
| 9 (木) | 筍ごはん 牛乳 れんこんメンチカツ 酢の物 ゆばの澄まし汁 | 739 29.8 26.5 2.11 | 白米 筍 にんじん 枝豆 油揚げ 砂糖 しょうゆ 酒 塩 牛乳 豚肉 れんこん パン粉 ケチャップ 砂糖 塩 こしょう 小麦粉 ショートニング イースト 大豆粉 乳化剤 油 中濃ソース わかめ しらす だいこん 酢 砂糖 しょうゆ 塩 花麩 ゆば みつば だしパック しょうゆ 塩 |
| 10 (金) | ごはん 牛乳 さばの味噌煮 磯和え こつゆ | 702 32.7 16.5 2.28 | 白米 牛乳 さんま 砂糖 しょうゆ 酒 みりん しょうが 味噌 ほうれん草 しめじ もやし のり しょうゆ 鶏肉 にんじん 里芋 したき きくらげ 干し椎茸 麩 万能ねぎ しょうゆ 塩 だしパック |
| 13 (月) | けんちんうどん 牛乳 かぼちゃおやき 酢味噌あえ | 724 29.7 15.4 3.21 | ソフトメン(小麦粉 食塩 小麦たん白) 鶏肉 里芋 にんじん だいこん ごぼう ねぎ 豆腐 こんにゃく 芋から 油 しょうゆ だしパック 塩 牛乳 小麦粉 かぼちゃ 砂糖 酢 ショートニング タピオカ澱粉 ベーキングパウダー 重曹 塩 ちくわ ハム キャベツ きゅうり ほうれん草 味噌 酢 砂糖 みりん 白ごま |
| 14 (火) | ごはん 牛乳 豆腐ハンバーグ ジャーマンポテト きのこスープ | 638 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 おき枝豆 油 プイヨン 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 |
| 15 (水) | ロールパン 牛乳 フランクフルト 三色ソテー 野菜たっぷりスープ | 741 30.5 18.0 2.92 | 小麦粉 砂糖 塩 脱脂粉乳 イースト バター 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 プイヨン 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 プイヨン 塩 こしょう |
| 16 (木) | ごはん 牛乳 肉じゃが ワンタンスープ オレンジ | 662 30.3 20.2 1.85 | 白米 牛乳 豚肉 じゃがいも にんじん たまねぎ したき いんげん 砂糖 しょうゆ 酒 みりん 塩 和風だし ワンタン もやし にんじん 干し椎茸 ねぎ しょうゆ 中華スープストック 塩 こしょう オレンジ |
| 17 (金) | ごはん 牛乳 鮭のバター醤油焼き 切り干し大根のサラダ 芋の子汁 | 788 25.4 15.7 2.24 | 白米 牛乳 鮭 塩 こしょう バター しょうゆ 切り干し大根 にんじん どうもろこし ささみフレック 小松菜 ごま油 しょうゆ 砂糖 里芋 にんじん 干し椎茸 こんにゃく 大根 ねぎ 油 しょうゆ 和風だし |
| 20 (月) | 味噌ラーメン 牛乳 ミニ肉まん 中華くらのあえもの | 607 21.8 26.4 3.08 | 中華めん 豚肉 なら にんじん たまねぎ キャベツ もやし にんにく ねぎ 味噌ラーメンの素 ごま油 牛乳 たまねぎ 豚肉 筍 干し椎茸 てんぷん 小麦粉 しょうが 砂糖 しょうゆ 塩 こしょう キャベツ きゅうり にんじん もやし 中華くらの |
| 21 (火) | ごはん 牛乳 メバルの竜田揚げ 五目きんぴら みそ汁 | 696 28.6 17.1 2.42 | 白米 牛乳 メバル 塩 こしょう 澱粉 しょうゆ しょうが 酒 油 ごぼう にんじん れんこん こんにゃく さつま揚げ 油 砂糖 しょうゆ みりん 白ごま ごま油 わかめ だいこん 小松菜 味噌 和風だし |
| 22 (水) | 黒パン 牛乳 鶏肉のハニーマスタード焼き カラフルサラダ パンブキンスープ | 788 31.5 28.3 2.64 | 小麦粉 黒砂糖 塩 脱脂粉乳 イースト 牛乳 鶏肉 にんにく はちみつ マスタード しょうゆ レモン果汁 塩 こしょう 水菜 にんじん 黄ピーマン 赤ピーマン ひじき まいたけ キャベツ バジルマトドレッシング かぼちゃ たまねぎ パセリフレック 小麦粉 バター 牛乳 塩 こしょう |
| 23 (木) | ごはん 牛乳 ブルコギ 切り干し大根のサラダ もやしとささみのスープ | 674 32.2 15.9 2.14 | 白米 牛乳 牛肉 しょうが にんにく たまねぎ ねぎ なら 砂糖 しょうゆ 白ごま みりん 砂糖 しょうゆ 酒 ごま油 切り干し大根 黄ピーマン どうもろこし ほうれん草 ごま油 しょうゆ 砂糖 もやし ささみ なら 万能ねぎ にんじん 干し椎茸 中華スープストック しょうゆ 塩 こしょう |
| 24 (金) | ハヤシライス 牛乳 フレンチサラダ ヨーグルト | 761 24.9 23.2 2.79 | 白米 牛肉 たまねぎ にんじん マッシュルーム しめじ グリンピース ハヤシフレック デミグラスソース 油 牛乳 キャベツ どうもろこし 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 脱脂粉乳 乳酸菌 |
| 27 (月) | 肉うどん 牛乳 五目豆 おかか和え | 684 25.8 17.8 3.06 | ソフトメン(小麦粉 食塩 小麦たん白) 豚肉 ごぼう にんじん だいこん ねぎ 干し椎茸 かつおだし しょうゆ みりん 塩 牛乳 大豆 油 ひじき にんじん こんにゃく ごぼう 砂糖 しょうゆ みりん 小松菜 にんじん もやし しょうゆ かつお節 |
| 28 (火) | ごはん 牛乳 アジフライ えのきのおかか和え 豚汁 | 693 27.3 21.3 2.76 | 白米 牛乳 あじ パン粉 小麦粉 コーンスターチ ショートニング 砂糖 イースト 塩 大豆粉 乳化剤 油 中濃ソース 小松菜 えのき しょうゆ 豚肉 だいこん にんじん ごぼう ねぎ 豆腐 こんにゃく 赤みそ 和風だし |
| 29 (水) | ミルクパン 牛乳 ほうれん草チーズオムレツ きのこのサラダ ポークビーンズ | 642 26.2 21.1 2.42 | 小麦粉 砂糖 塩 脱脂粉乳 イースト 牛乳 鶏卵 チキンスープ ほうれん草 チーズ タピオカ澱粉 砂糖 油 酢 えのき しめじ 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 プイヨン ケチャップ 砂糖 塩 こしょう |
| 30 (木) | ごはん 牛乳 にらまんじゅう チンジャオロースー 中華スープ | 767 30.3 19.3 2.41 | 白米 牛乳 豚肉 キャベツ なら ねぎ ラード しょうゆ 米油 にんにく しょうが 塩 小麦粉 こんにゃく粉 大豆粉 牛肉 ピーマン 筍 ねぎ しょうが 油 酒 しょうゆ オイスターソース 中華スープストック 春雨 にんじん たまねぎ 干し椎茸 小松菜 中華スープストック しょうゆ 酒 塩 こしょう |
| 31 (金) | ゆかりごはん 牛乳 鶏肉の七味焼き 和風サラダ さつま汁 | 733 29.1 20.7 2.61 | 白米 ゆかり 塩 牛乳 鶏肉 ねぎ にんにく 白ごま 砂糖 七味唐辛子 しょうゆ ごま油 まぐろ水煮 にんじん ブロッコリー たまねぎ 酢 砂糖 しょうゆ 塩 油 さつまいも 大根 にんじん 豆腐 ねぎ こんにゃく 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。