



令和7年3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	加り(kcal) タンパク質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)	おもなざいりょう
3 (月)	けんちんうどん	784 31.6 24.6 2.80	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 芋がら 油 しょうゆ だしパック 塩
	牛乳		牛乳
	★厚焼き玉子		鶏卵 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 でん粉
	バンバンジーサラダ		ささみ水煮 水菜 キャベツ きゅうり もやし バンバンジードレッシング
	ももゼリー		グラニュー糖 粉あめ 果糖 もも果汁 ゲル化剤 ビタミンC 香料 酸味料 クエン酸
4 (火)	★カツカレーライス	820 32.0 25.9 2.64	白米 じゃがいも たまねぎ にんじん グリンピース カレールー カレー粉 豚肉 小麦粉 卵 パン粉 油
	牛乳		牛乳
	コーンサラダ		とうもろこし にんじん キャベツ たまねぎ しょうゆ オリーブオイル 酢 塩 こしょう
	★プリン		生乳 鶏卵 砂糖 カラメルソース
5 (水)	★ココア揚げパン	746 27.2 30.8 2.98	小麦粉 黒砂糖 塩 脱脂粉乳 イースト ココア 砂糖 油
	牛乳		牛乳
	ポークビーンズ		大豆 豚肉 たまねぎ じゃがいも にんじん 油 ホールトマト ブイヨン ケチャップ バター 砂糖 塩 こしょう
	きのこサラダ		えのき しめじ エリンギ キャベツ ほうれん草 すりたまねぎドレッシング
6 (木)	★焼肉丼	718 25.7 15.2 2.86	白米 豚肉 たまねぎ にんじん ピーマン しょうが しょうゆ みりん 酒 砂糖 油
	牛乳		牛乳
	ナムル		小松菜 もやし わかめ しょうゆ ごま油 塩
	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
7 (金)	ごはん	852 32.0 22.7 2.66	白米
	牛乳		牛乳
	★鶏のから揚げ		鶏肉 しょうが しょうゆ 酒 澱粉 油
	★野菜炒め		キャベツ 豚肉 もやし にんじん 赤ピーマン ピーマン 油 しょうゆ 塩 こしょう
	★さつま汁		さつまいも だいこん にんじん 豆腐 ねぎ こんにゃく 味噌 和風だし
★お祝いチョコケーキ	豆乳 グラニュー糖 米粉 ココアパウダー 油 水あめ 澱粉 膨張剤 香料		
10 (月)	スパゲティミートソース	730 27.8 27.6 2.52	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 ブイヨン 塩 こしょう
	牛乳		牛乳
	コールスロー		キャベツ きゅうり 赤ピーマン とうもろこし たまねぎ コールスロードレッシング
	卵スープ		たまねぎ にんじん 鶏卵 パセリフレーク ブイヨン 塩 こしょう
11 (火)	ごはん	787 25.2 21.8 2.45	白米
	牛乳		牛乳
	豚肉のしょうが炒め		豚肉 しょうが たまねぎ なす ピーマン 油 オイスターソース 砂糖 酒 塩 こしょう
	梅マヨネーズ和え		れんこん グリーンアスパラ 水菜 ねり梅 マヨネーズ
じゃがいものみそ汁	わかめ たまねぎ じゃがいも 味噌 和風だし		
12 (水)	コッペパン	732 25.2 24.9 2.45	小麦粉 砂糖 塩 脱脂粉乳 イースト
	牛乳		牛乳
	チキンのオープン焼き		鶏肉 チーズ パン粉 小麦粉 澱粉 塩 香辛料
	ブロッコリーのサラダ		ブロッコリー カリフラワー にんじん おろしドレッシング
キャベツのスープ	キャベツ たまねぎ ベーコン にんじん 干しいたけ 乾燥パセリ ブイヨン バター 塩 こしょう		
13 (木)	ごはん	732 29.7 16.8 2.69	白米
	牛乳		牛乳
	さわらの塩麹焼き		さわら 塩麹
	ひじきの煮物		ひじき ちくわ 大豆 こんにゃく 干し椎茸 にんじん 砂糖 しょうゆ 和風だし みりん 酒 油
若竹汁	わかめ たけのこ 万能ねぎ しょうゆ 酒 かつおだし 塩		
14 (金)	中華丼	711 32.7 20.7 1.72	白米 豚肉 白菜 チンゲンサイ にんじん たけのこ 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 ごま油 澱粉
	牛乳		牛乳
	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 ラード しょうが 塩 魚介エキス 小麦粉
	春雨スープ		もやし 春雨 干しいたけ にんじん ねぎ 中華スープストック 塩 こしょう
17 (月)	きつねうどん	734 29.7 22.3 2.71	ソフトメン(小麦粉 食塩 小麦たん白) 油揚げ 鶏肉 にんじん ねぎ 干しいたけ なんと しょうゆ だしパック 塩
	牛乳		牛乳
	炒り豆腐		豆腐 豚肉 鶏卵 たまねぎ にんじん 干しいたけ グリンピース しょうゆ 砂糖 油 塩
	和風サラダ		もやし 小松菜 きゅうり にんじん 和風ドレッシング
18 (火)	ごはん	768 26.1 22.8 2.41	白米
	牛乳		牛乳
	たらの竜田揚げ		たら しょうが しょうゆ 酒 澱粉 油
	ごま酢和え		キャベツ きゅうり にんじん 白ごま しょうゆ 酢 ごま油
里芋汁	里芋 豚肉 にんじん ほうれん草 ねぎ 味噌 和風だし		
19 (水)	はちみつパン	819 36.3 25.0 2.80	小麦粉 砂糖 塩 脱脂粉乳 イースト はちみつ
	牛乳		牛乳
	トマトオムレツ		鶏卵 鶏肉 トマト タピオカ澱粉 チキンスープ 砂糖 鶏肉 しょうゆ 酢 塩
	三色ソテー		もやし ピーマン とうもろこし バター ブイヨン 塩 こしょう
野菜たっぷりカレースープ	ウインナー 大豆 グリーンアスパラ キャベツ たまねぎ にんじん エリンギ カレールー カレー粉 ブイヨン 塩 こしょう		
21 (金)	ごはん	749 30.2 24.6 1.88	白米
	牛乳		牛乳
	ハンバーグ		牛肉 たまねぎ 油 パン粉 塩 砂糖 こしょう ケチャップ ウスターソース
	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 こしょう
きのこスープ	鶏肉 じゃがいも にんじん たまねぎ しめじ マッシュルーム 小松菜 ブイヨン 塩 こしょう		

※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。