



令和7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	カロリー(kcal) タンパク(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)	お も な ざ い り ょ う
1 (木)	ごはん 牛乳 筑前煮 梅和え 味噌汁	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 干し椎茸 しょうゆ 砂糖 酒 小松菜 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
2 (金)	筍ごはん 牛乳 いわしフライ 磯和え 澄まし汁 こどもの日日向夏ゼリー	こどもの日献立 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 あおさ こしょう パン粉 大豆たん白 どうもろこし澱粉 菜種油 ほうれん草 にんじん わかめ もやし のり しょうゆ 豆腐 みつば しょうゆ 和風だし 塩 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 (水)	コッペパン 牛乳 サーモンフライ かぼちゃサラダ 白菜スープ	808 33.2 22.1 2.73	小麦粉 砂糖 塩 脱脂粉乳 イースト 牛乳 鮭 パン粉 塩 油 かぼちゃ たまねぎ きゅうり マヨネーズ チーズ 酢 塩 こしょう 白菜 しめじ ベーコン にんじん グリーンアスパラ プイオン 塩 こしょう
8 (木)	ごはん 牛乳 春巻き チャプチェ かきたま汁	792 21.6 25.9 1.87	白米 牛乳 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 豚肉 春雨 にら もやし ねぎ にんじん たまねぎ ビーマン 干し椎茸 にんにく しょうが 豆板醤 砂糖 しょうゆ ごま油 鶏卵 小松菜 にんじん たまねぎ しょうゆ 塩 こしょう 中華スープストック
9 (金)	ごはん 牛乳 豚肉のレモンしょうが炒め おかかマヨ和え 具だくさん汁	764 31.2 21.3 2.67	白米 牛乳 豚肉 しょうが 酒 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 だいこん 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 赤みそ 和風だし
12 (月)	トマトカレーうどん 牛乳 ミニ肉まん カラフルサラダ	796 27.3 22.6 2.90	ソフトメン(小麦粉 食塩 小麦たん白) 鶏肉 ホールトマト たまねぎ 油揚げ にんじん ねぎ なた ※カレーフレーク(乳成分なし) プイオン カレー粉 片栗粉 しょうゆ 牛乳 たまねぎ 豚肉 筍 干し椎茸 でんぶん 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 どうもろこし にんじん オリーブオイル 酢 砂糖 塩 こしょう
13 (火)	ゆかりごはん 牛乳 鶏肉の七味焼き 切り干し大根のサラダ 豚汁	732 31.9 21.9 2.70	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 切り干し大根 にんじん 小松菜 まぐろ水煮 酢 しょうゆ 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
14 (水)	黒パン 牛乳 ハムチーズフライ グリーンサラダ ポトフ	772 31.8 27.2 2.70	小麦粉 黒砂糖 塩 脱脂粉乳 イースト 牛乳 ハム チーズ パン粉 小麦粉 油 ブロッコリー キャベツ きゅうり アスパラ たまねぎ 和風ドレッシング ウインナー キャベツ にんじん たまねぎ じゃがいも ブロッコリー プイオン バター 塩 こしょう
15 (木)	ごはん 牛乳 かますの西京焼き 昆布和え 具だくさん汁	730 30.7 19.5 2.12	白米 牛乳 かます 西京味噌 塩 塩昆布 キャベツ 水菜 きゅうり 小松菜 にんじん しょうゆ ごま油 だいこん にんじん ごぼう 里芋 豆腐 こんにゃく しょうゆ 和風だし 塩
16 (金)	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 にら 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 ビーマン 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
19 (月)	とんこつラーメン 牛乳 厚焼き玉子 さっぱり和え	737 34.0 23.8 3.11	中華めん 豚肉 にら にんじん たまねぎ キャベツ もやし にんにく ねぎ とんこつラーメンスープ 牛乳 鶏卵 チキンスープ にんじん ねぎ タピオカでん粉 砂糖 大豆油 なたね油 酢 ささみフレーク きゅうり もやし にんじん ねり梅 ポン酢 砂糖 白ごま
20 (火)	ごはん 牛乳 和風ハンバーグ ブロッコリーサラダ 水炊きスープ	706 33.8 23.6 2.31	白米 牛乳 鶏肉 たまねぎ 大豆 大根 パン粉 しょうゆ 砂糖 塩 赤ワイン こしょう ブロッコリー カリフラワー 和風ドレッシング 鶏肉 大根 しらすき ほうれん草 ねぎ しょうゆ 和風だし 塩
21 (水)	ミルクパン 牛乳 フランクフルト 三色ソテー ミネストローネ	765 31.3 20.9 2.72	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 ケチャップ 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 大豆 ベーコン ホールトマト たまねぎ にんじん キャベツ ズッキーニ オリーブオイル プイオン 粉チーズ 塩 こしょう
22 (木)	豚丼 牛乳 野菜サラダ じゃがいもの味噌汁	726 29.5 24.9 2.34	白米 豚肉 たまねぎ 万能ねぎ 切り干し大根 にんにく しょうが 和風だし 砂糖 みりん しょうゆ 酒 牛乳 ブロッコリー しめじ たまねぎ しょうゆ たまねぎドレッシング わかめ じゃがいも 赤みそ 和風だし
23 (金)	ごはん 牛乳 鶏肉の照り焼き れんこんと水菜のサラダ キャベツの味噌汁	737 27.5 18.5 1.46	白米 牛乳 鶏肉 しょうゆ 酒 砂糖 しょうが れんこん 枝豆 水菜 白ごま マヨネーズ しょうゆ 酢 塩 キャベツ にんじん ねぎ 油揚げ 味噌 和風だし
26 (月)	肉うどん 牛乳 大学芋 おひたし	877 26.1 31.5 2.51	ソフトメン(小麦粉 食塩 小麦たん白) 豚肉 ごぼう にんじん まいたけ ねぎ 干し椎茸 しょうゆ みりん 酒 だしパック 塩 牛乳 さつまいも 油 砂糖 水あめ しょうゆ 黒ごま 白菜 にんじん もやし しょうゆ
27 (火)	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	774 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 にら 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 黄ビーマン 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 にら 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
28 (水)	ロールパン 牛乳 チーズオムレツ きのこサラダ ポークビーンズ	721 25.6 20.7 2.76	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 チーズ タピオカ澱粉 砂糖 油 酢 えのき しめじ エリンギ キャベツ ほうれん草 フレンチドレッシング 大豆 豚肉 たまねぎ じゃがいも にんじん ホールトマト プイオン ケチャップ バター 砂糖 塩 こしょう
29 (木)	ごはん 牛乳 さばの竜田揚げ ごま酢和え 里芋汁	668 26.1 22.8 1.42	白米 牛乳 さば 生姜 しょうゆ 澱粉 油 キャベツ きゅうり にんじん 白ごま しょうゆ 酢 こしょう ごま油 豚肉 里芋 にんじん ほうれん草 ねぎ 味噌 和風だし
30 (金)	五目チャーハン 牛乳 青じそサラダ 中華スープ	701 21.8 18.1 2.09	白米 強化米 焼き豚 たまねぎ ねぎ にんじん 鶏卵 中華スープストック しょうゆ 塩 こしょう ごま油 牛乳 キャベツ きゅうり にんじん 枝豆 青じそドレッシング たまねぎ わかめ えのき 中華スープストック 酒 しょうゆ 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。