

令和5年度 2月詳細献立表

静岡県立浜北特別支援学校

日	曜日	献立名	アレルギー物質を含む食品の有無						おもに力になる 食べ物	おもに血や肉に なる食べ物	体の調子を整え る食べ物	調味料他	栄養価				
			小麦	そば	卵	乳	豚肉	えび					かに	エネルギーkcal	タンパク質g	脂質g	塩分g
1	木	牛乳			○				小麦粉 砂糖 ショートニング	牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		バーガーパン	○		△	○				脱脂粉乳		イースト 塩					
		ハンバーガー具	○		○	○			パン粉 砂糖	牛肉 豚肉 卵 牛乳	キャベツ 玉葱	ケチャップ 赤ウイ ン ウスターソース コンソメ 塩 ナツメグ こしょう	437	18.3	15.1	1.5	
		白菜のクリームシ チュー	○			○			小麦粉 バター サラダ油	牛乳 ベーコン 生クリーム	白菜 玉葱 人参	コンソメ 塩 こしょう	152	4.0	10.2	1.2	
		ぼんかん									ぼんかん			34	0.7	0.1	0.0
2	金	牛乳			○				米 麦 バター	えび		玉葱 人参 ハセリ	コンソメ 塩 酒 こしょう	317	8.3	2.4	1.1
		えびピラフ	○			○											
		鯖のホイル焼き				○			バター	鯖	玉葱 しめじ ピーマン 人参	しょうゆ 酒 こしょう	154	14.9	9.6	0.8	
		じゃがいもと豚肉の スープ	○						じゃが芋	豚肉	葉葱 生姜	コンソメ 酒 塩 こしょう	41	3.1	1.3	0.9	
		福豆 (きなこボーロ)	○			○			片栗粉 水あめ 砂糖 乳糖 ショートニング	きな粉 卵				19	0.3	0.4	0
5	月	牛乳			○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん							米					291	5.2	0.8	0
		鯖の南部焼き							ごま	鯖	生姜	しょうゆ 酒	156	14.8	12.1	0.7	
		切干大根の白和え							砂糖 ごま サラダ油	豆腐 みそ	わけぎ 人参 切干大根	しょうゆ みりん 酒 顆粒だし	63	2.7	1.8	0.4	
		すまし汁				○				かまぼこ かつおの素	しめじ 水菜	しょうゆ 塩	21	2.9	0.2	1.1	
6	火	牛乳			○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん							米					291	5.2	0.8	0
		鶏肉と大豆の揚げ煮	○						揚げ油 砂糖 小麦粉 片栗粉 サラダ油	鶏肉 大豆	ピーマン	しょうゆ みりん 塩 こしょう	182	12.4	10.3	1.1	
		厚揚げとキャベツのご ま酢和え							砂糖 ごま	厚揚げ	キャベツ きゅうり 生姜	しょうゆ 米酢	66	3.5	3.2	0.5	
		みそ汁								みそ かつおの素	もやし しめじ にら		30	3.2	0.6	1.3	
7	水	牛乳			○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん							米					291	5.2	0.8	0
		かに玉あんかけ			○			○	砂糖 サラダ油 片栗粉 ごま油	卵 かにかま	筍水煮 白葱 にら きくらげ 生姜	しょうゆ 酢 酒 塩 こしょう	146	11.1	8.1	1.3	
		もやしと小松菜のナム ル							ごま油 砂糖 ごま		もやし 小松菜 人参 にんにく	酢 しょうゆ 塩 ラー油	33	1.3	1.7	0.6	
		春雨と舞茸のスープ							春雨		舞茸 小松菜	しょうゆ 中華だし こしょう	34	0.6	0.1	0.7	
8	木	牛乳			○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ロールパン	○		△	○			小麦粉 砂糖 ショートニング バター	脱脂粉乳 バターミルクパウ ダー		イースト 塩	363	8.1	12.9	0.9	
		白身魚のチーズ焼き				○			バター	たら チーズ	えのき 人参	塩 こしょう	96	15.1	3.2	0.7	
		いんげん豆のサラダ							マヨネーズ	大福豆	キャベツ 玉葱 ミニトマト セロリ	粒マスタード 塩	85	2.1	4.9	0.2	
		にんにくのスープ	○		○				パン粉 片栗粉 オリーブオイル	卵	にんにく ハセリ	コンソメ パプリカ こしょう	50	2.1	2.3	1	
9	金	牛乳			○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん							米					291	5.2	0.8	0
		豆腐のねぎソースが け							砂糖 ごま油	豆腐	白葱 生姜 にんに く	しょうゆ 豆板醤	135	11	8.3	0.9	
		ごぼうと豚肉のボン 酢炒め				○			バター	豚肉	ごぼう しめじ 人参 いんげん	しょうゆ ボン酢 酒 塩 こしょう	69	5.4	3	0.7	
		いかだんご汁								いかボール かつおの素	白菜 椎茸 葉葱	しょうゆ 塩 酒	31	4	0.2	0.7	
12	月	建国記念の日 振替休日															
13	火	牛乳			○				米 麦 サラダ油	豚肉 卵		玉葱 人参 ピーマン	しょうゆ コンソメ 塩 カレー粉 ター メリック ガラムマ サラ こしょう	317	8.9	4.1	1.6
		カレー炒飯	○		○												
		とり肉のパン粉焼き	○			○			マヨネーズ パン粉	とり肉 粉チーズ	キャベツ	塩 こしょう	165	23.2	6.1	0.6	
		もやしと水菜のスー プ	○								もやし 水菜 しめじ	コンソメ こしょう	13	1.1	0.1	0.9	
		スティックチーズ				○				チーズ				33	1.9	2.8	0.3
14	水	牛乳			○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん							米								
		牛丼具	○						砂糖 サラダ油	牛肉	玉葱 糸こんに 白葱 生姜 にんにく	白ワイン しょうゆ コンソメ	473	10.6	10.8	1.7	
		れんこんサラダ							マヨネーズ ごま	鯖フレーク	れんこん きゅうり 玉葱	しょうゆ	95	2.7	6.8	0.4	
		すまし汁	○						麩	かつおの素	ほうれん草 人参	しょうゆ 塩	21	2.5	0.2	0.9	

令和5年度 2月詳細献立表

静岡県立浜北特別支援学校

日	曜日	献立名	アレルギー物質を含む食品の有無						おもに力になる 食べ物	おもに血や肉に なる食べ物	体の調子を整える 食べ物	調味料他	栄養価				
			小麦	そば	卵	乳	豚肉	えび					かに	エネルギーkcal	タンパク質g	脂質g	塩分g
15	木	牛乳				○			小麦粉 ショートニング 砂糖	牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		バーガーパン	○		△	○				脱脂粉乳		イースト 塩		473	21.8	17.9	1.5
		フィレオフィッシュ 具	○		○	○			パン粉 マヨネーズ 揚げ油 小麦粉	ホキ 卵 牛乳	キャベツ 玉葱 パセリ	塩 米酢 こしょう					
		マカロニのクリーム スープ	○			○			シエルマカロニ 小麦粉 バター サラダ油	牛乳 ベーコン	玉葱 セロリ パセリ	コンソメ 白ワイン 塩 こしょう	146	4.5	8	0.9	
16	金	牛乳				○				牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		ごはん							米				291	5.2	0.8	0	
		かぼちゃとチーズの 玉子焼き	○		○	○			バター サラダ油	卵 チーズ ベーコン	かぼちゃ 玉葱 人参	コンソメ 塩 こしょう	186	12	12.3	1.2	
		キャベツとツナのあ えもの みそ汁							砂糖	鯖フレーク	キャベツ もやし 人参 生姜	しょうゆ 酢	37	2.4	1.1	0.5	
										みそ かつおの素	白菜 なめこ		28	2.6	0.4	1.2	
19	月	牛乳				○				牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		ごはん							米				291	5.2	0.8	0	
		とり肉と白葱のゆず こしょう焼き								とり肉	白葱	酒 昆布茶 ゆずこしょう 塩 こしょう	117	17.4	4.5	1.1	
		さつま芋の白和え							さつま芋 すりごま 砂糖	豆腐	ほうれん草	しょうゆ 塩	76	2.6	1.8	0.2	
		みそ汁								みそ わかめ かつおの素	しめじ もやし	しょうゆ 塩	29	3.1	0.6	1.2	
20	火	牛乳				○				牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		お茶ごはん							米			酒 煎茶 塩	296	5.4	0.8	1.0	
		鯖の竜田揚げ							片栗粉 揚げ油	鯖	レモン 生姜	しょうゆ 塩 酒	217	12.8	16.1	0.8	
		静岡野菜のおかか和 え								かつお節	ちんげん菜 もやし にんじん	しょうゆ	15	2	0	0.4	
		かきたま汁			○				片栗粉	なると 卵 かつおの素	小松菜	しょうゆ 塩	42	4.2	1.6	1.2	
		みかんゼリー							砂糖 粉あめ		みかん果汁	ゲル化剤 酸味料 ビタミンC	23	0	0	0.1	
21	水	牛乳				○				牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		ソフトめん	○	△	△				小麦粉			塩	473	16.9	14.7	2.3	
		カレーソース	○			○			カレールー	牛肉 豚肉 チーズ	玉葱 人参 生姜 にんにく りんご	からスープ ウスターソース ケチャップ 赤ワイン コンソメ カレー粉 こしょう					
		白菜のサラダ							マヨネーズ ごま	チキンフレーク みそ	白菜 きゅうり 人参		69	2.0	5.4	0.4	
		デコボン									デコボン		28	0.4	0.1	0	
22	木	牛乳				○				牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		角型食パン	○		△	○			小麦粉 ショートニング 砂糖	脱脂粉乳		イースト 塩	250	6.8	3.9	0.8	
		メイプルジャム							水あめ 砂糖 メーフルシロップ			寒天 香料 乳化剤					
		トマトグラタン	○			○			ペンネ 砂糖 サラダ油	豚肉 チーズ	トマト 玉葱 ビーマン	ケチャップ ウスターソース コンソメ 塩 こしょう ナツメグ	186	10.5	9.1	1.2	
		シーザーサラダ	○			○			マヨネーズ 食パン 砂糖	ベーコン 牛乳 粉チーズ	キャベツ きゅうり 玉葱 レモン果汁 にんにく	塩 こしょう	79	2.0	5.6	0.4	
		しめじと水菜のスー プ	○								しめじ 水菜	コンソメ こしょう	13	0.8	0.3	1.3	
23	金	天皇誕生日															
26	月	牛乳				○				牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		ごはん							米				291	5.2	0.8	0	
		ピリ辛豆腐ステーキ							砂糖	焼き豆腐 豚肉 みそ	玉葱 しめじ 菜葱 にんにく	しょうゆ 豆板醤 酒 こしょう	170	14.4	10.7	0.6	
		白菜の生姜酢あえ							砂糖 サラダ油		白菜 もやし 人参 生姜	酢 塩	29	0.9	0.8	0.3	
		赤だし								油揚げ 青さ みそ かつおの素	なめこ		46	3.9	2.8	1	
27	火	牛乳				○				牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		ごはん							米				291	5.2	0.8	0	
		チキン南蛮	○						揚げ油 マヨネーズ 砂糖 小麦粉 片栗粉	とり肉	玉葱 きゅうり 白葱	酢 しょうゆ 白ワイン ガーリックパウダー 塩 こしょう	233	18.4	13	1.3	
		エスニックビーフソ テー	○						ビーフン サラダ油	ベーコン	キャベツ 玉葱 ビーマン	スイートチリソース コンソメ カレー粉	79	2.9	2.7	0.7	
		白菜とコーンのスー プ	○								白菜 えのき コーン	コンソメ こしょう	18	0.6	0.1	0.9	

令和5年度 2月詳細献立表

静岡県立浜北特別支援学校

日	曜日	献立名	アレルギー物質を含む食品の有無							おもに力になる 食べ物	おもに血や肉に なる食べ物	体の調子を整え る食べ物	調味料他	栄養価				
			小麦	そば	卵	乳	豚肉	えび	かに					エネルギーkcal	タンパク質g	脂質g	塩分g	
28	水	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん								米					291	5.2	0.8	0
		鯖のてり焼き								砂糖 片栗粉	鯖	生姜	しょうゆ みりん 酒		178	16.7	7.8	1.5
		切り昆布の煮つけ								砂糖 サラダ油	ちくわ 糸昆布 油揚げ	人参 干椎茸	しょうゆ みりん 酒 顆粒だし		67	3.5	2.5	1.2
		すまし汁									豆腐 かつおの素	えのき 葉葱	しょうゆ 塩		28	3.1	1.1	0.8
29	木	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ナン	○		△	○				小麦粉 ショートニ ング 砂糖	脱脂粉乳		イースト 塩		302	8.9	4.8	0.8
		チキンカレー	○			○				カレールウ サラダ油	とり肉 ヨーグルト チーズ	玉葱 人参	がらスープ 白ワイン カレー粉 塩 ターメリック クミン こしょう ガラムマサラ		210	14.3	11.3	2
		花野菜サラダ				○				マヨネーズ	ヨーグルト	ブロッコリー カリフラワー コーン	ケチャップ		85	2.7	6.3	0.2
		はっさく										はっさく			15	0.3	0	0

* 食品を製造する際に、原材料としては使用していないにもかかわらず、意図せずして最終加工食品に混入してしまう可能性があるアレルギー食材（7品目）について△の表示をしてあります。

* 当月に使用するハム、ベーコン、ウインナー、焼き豚、マヨネーズ、ちくわには、「乳、卵」は使用されていません。