

令和5年度 3月 学校給食予定献立表



静岡県立浜名特別支援学校

「はしセット」には、名前の記入をお願いします。

日	曜日	行事食	献立名	アレルギー表示				主な材料とその働き			栄養価					
				小麦	乳	卵	他	血や肉や骨のもとになるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分		
											kcal	g	g	g		
1	金	ひな祭り献立 	(ごはん)	菜の花のちらし寿司				○	油揚げ、卵	しいたけ、たけのこ、人参、れんこん、菜の花	米、さとう、こんにゃく	小	447	13.9	11.3	2.3
				お花の和風ハンバーグ	○				豆腐、鶏肉、おから	玉ねぎ、人参、にんにく、生姜	さとう、でん粉	中	507	15.4	11.9	2.4
			牛乳	紅白はんぺんのすまし汁					はんぺん、わかめ	しいたけ		大	681	22.6	18.4	2.6
				三色花ゼリー					牛乳		ゼリー					
4	月	中3おすすめ献立	ごはん	春の回鍋肉					豚肉、みそ	人参、しいたけ、玉ねぎ、にんにく、たけのこ、キャベツ、ピーマン	米、米油、さとう、でん粉	小	555	21.8	17.5	1.6
				じゃがいも中華スープ						えのき、コーン、葉ねぎ	じゃがいも	中	631	25.1	18.8	2.0
			牛乳	いちごのスティックケーキ					牛乳		ケーキ	大	708	28.1	20.3	2.4
5	火	高3-2おすすめ献立 	(ごはん)	こぎつねごはん					鶏肉、油揚げ	枝豆、コーン、しょうが	米、さとう	小	619	17.9	24.6	1.9
				鶏肉のから揚げ					鶏肉	にんにく、しょうが	米油、でん粉	中	679	19.5	25.2	2.0
				キャベツの塩昆布和え					塩昆布	キャベツ、きゅうり	ごま	大	762	21.6	28.6	2.4
			牛乳	春野菜のポトフ					ベーコン	玉ねぎ、人参	じゃがいも					
				チョコタルト	○	○	○		牛乳		タルト					
6	水		ごはん	さばの煮つけ					さば		米、さとう	小	483	15.6	15.0	1.6
				ひじきとチーズの和風サラダ				○	ひじき、チーズ	人参、枝豆	さとう	中	531	17.0	15.4	1.6
			牛乳	野菜たっぷりみそ汁					牛乳、厚揚げ、みそ	しめじ、人参、玉ねぎ、小松菜	じゃがいも	大	737	31.6	26.7	2.2
				りんごのレアチーズ					牛乳		りんごのレアチーズ					
7	木	高等部卒業お祝い献立 	赤飯	お好み焼き風ハンバーグ・ミニトマト	○	○			牛肉、豚肉、高野豆腐、牛乳、かつお節、青のり	玉ねぎ、キャベツ、ミニトマト	米、もち米、小豆、ごま、でん粉、マヨネーズ 風トッピング	小	607	24.1	23.8	2.0
				新たまねぎと生わかめのみそ汁					わかめ、みそ	玉ねぎ、人参		中	689	27.6	26.3	2.5
			牛乳	お祝いクレープ					牛乳		クレープ	大	772	31.0	28.6	2.6

◎材料の都合により、献立が変更になることがあります。 ◎飲用牛乳のアレルギー表示はしていません。

◎その他のアレルギー表示 貝:貝、キ:キウイフルーツ、グ:グレープフルーツ、パ:バナナ、エ:エビ、カ:カニ、イ:イカ、タ:タコ、ナ:ナッツ

しめくくりの3月がやってきました。体調管理に気をつけて、残りの日々をよい思い出でいっぱいになりたいですね。

今月の給食は、卒業を控えた中学部3年生と、高等部3年2組のおすすめ献立やお祝い献立があり、楽しみな献立が続きます。

河辺さんのいちごの他、菜の花、春キャベツ、新玉ねぎなど、地元の食材で春を感じてもらえたら嬉しいです。



令和5年度 3月 学校給食予定献立表



「はしセット」には、名前の記入をお願いします。

静岡県立浜名特別支援学校

日	曜日	行事食	献立名		アレルギー表示				主な材料とその働き			栄養価					
					小麦	乳	卵	他	血や肉や骨のもとになるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	塩分 g		
8	金		食パン	ポークソテー	○	○			豚肉		パン、バター	小	476	11.2	11.3	1.3	
			チョコクリーム	ゆでキャベツ		○				キャベツ	キャベツ	チョコクリーム	中	578	11.4	11.4	1.4
			牛乳	豆乳チャウダー					牛乳、豆乳、ベーコン	玉ねぎ、人参、カリフラワー、ブロッコリー	バター、でん粉	大	680	33.0	30.9	2.6	
11	月	カミカミ献立 	麦ごはん	カレーの竜田揚げ	○				カレー	しょうが	米、麦、でん粉、小麦粉、米油	小	396	12.7	12.9	1.1	
				こんにゃくのサラダ					キャベツ、きゅうり、人参、コーン	こんにゃく	中	452	13.9	14.0	1.4		
			牛乳	鶏ごぼうと小松菜の生姜スープ					牛乳、鶏肉	ごぼう、小松菜、しょうが	大	582	23.9	16.1	2.0		
12	火		ロールパン	ウインナー	○	○			ウインナー		パン	小	475	21.4	22.4	2.4	
				ツナサラダ					ツナ	キャベツ、きゅうり	マヨネーズ、風鈴レシシゲ	中	566	25.0	24.7	2.5	
			牛乳	肉団子とお豆のトマトシチュー	○	○			鶏肉	玉ねぎ、人参、ピーマン、トマト	米油、金時豆、バター、小麦粉、でん粉、さとう	大	723	31.2	32.0	2.7	
				ネーブル					牛乳		ネーブル						
13	水	わかめごはん	肉じゃが	しらすと新たまねぎのさっぱりサラダ					わかめ、豚肉	人参、玉ねぎ、グリーンピース	米、米油、こんにゃく、さとう、じゃがいも	小	577	21.2	19.6	1.7	
				切干し大根のみそ汁					しらす	キャベツ、人参、玉ねぎ、レモン汁	さとう、米油	中	652	24.0	21.0	2.0	
			牛乳	カップdeヤクルト					油揚げ、みそ	切干し大根、しいたけ		大	727	26.8	22.5	2.3	
				キャップdeヤクルト					牛乳		キャップdeヤクルト						
14	木	セレクト献立 	中華麺	野菜たっぷり醤油ラーメン	○				豚肉、なると	しょうが、人参、コーン、キャベツ、もやし、玉ねぎ、葉ねぎ	めん、ごま油	小	470	10.6	13.8	1.2	
				春巻き	○				豚肉	キャベツ、玉ねぎ、人参、たけのこ、にら、にんにく、しいたけ	春雨、ごま油、さとう、小麦粉、米油	中	571	10.7	13.3	1.2	
			牛乳	杏仁豆腐orマンゴープリン		○		マンゴー	牛乳		杏仁豆腐、マンゴープリン	大	672	24.4	19.9	2.2	
15	金	小中学部卒業お祝い献立 	ごはん	赤魚の塩糍漬け					赤魚		米、塩糍	小	429	12.8	12.1	0.6	
				フライドポテト ゆでブロッコリー						ブロッコリー	じゃがいも、米油	中	471	14.0	12.0	0.8	
			牛乳	やさいのみそ汁					みそ	キャベツ、人参、しめじ	さといも	大	598	23.8	15.4	1.1	
				お祝いいちごゼリー					牛乳		ゼリー						
18	月		(ごはん)	ビーフカレー	○	○			牛肉	玉ねぎ、人参、しめじ、にんにく、しょうが、りんご、グリーンピース	米、米油、ルウ、じゃがいも	小	532	20.7	17.5	1.4	
				春キャベツのフレンチサラダ						キャベツ、きゅうり、玉ねぎ、コーン	米油、さとう	中	620	23.5	19.7	1.7	
			牛乳	いちご					牛乳	いちご	大	705	26.7	21.9	2.1		

◎材料の都合により、献立が変更になることがあります。 ◎飲用牛乳のアレルギー表示はしていません。

◎その他のアレルギー表示 貝:貝、キ:キウイフルーツ、グ:グレープフルーツ、バ:バナナ、エ:エビ、カ:カニ、イ:イカ、タ:タコ、ナ:ナッツ

