

令和4年度 11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			
1	火	カミカミ献立 	麦ごはん	鶏の鍋照り焼き					鶏肉	生姜	米、麦、さとう	小	533	24.2	19.0	1.6		
				まめ豆サラダ			○			ハム、大豆、ヨーグルト	ブロッコリー、パプリカ	金時豆、マヨネーズ 風ドレッシング、さとう	中	599	26.2	20.0	1.9	
				牛乳	里芋と大根のみそ汁						牛乳、油揚げ、みそ	大根	里芋	大	701	31.3	23.7	2.1
2	水		ごはん	さわらのみそ焼き					さわら、みそ		米、さとう	小	503	23.1	15.5	1.9		
				野菜炒め						豚肉	人参、もやし、キャベツ、きくらげ、生姜	米油	中	565	24.6	16.3	2.3	
				牛乳	大根とかぶの麦入りスープ						牛乳、鶏肉	大根、かぶ、人参、しいたけ	大麦	大	662	30.7	19.1	2.5
4	金	小2-1 おすすめ献立	ごはん	ホキのお茶フライ					ホキ	緑茶	米、米油、米粉	小	515	15.4	19.3	0.8		
				ミニトマトときゅうりのツナサラダ						ツナ	ミニトマト、きゅうり	さとう	中	578	16.8	20.8	0.9	
				牛乳	野菜スープ						ベーコン	玉ねぎ、キャベツ、もやし		大	701	24.6	22.7	1.3
			牛乳	チョコクレープ					牛乳		クレープ							
7	月		ごはん	ポークチャップ					豚肉	玉ねぎ、セロリ、にんにく、トマト、ピーマン	米、米油	小	565	27.0	18.6	1.7		
				野菜のじゃこ和え						しらす	もやし、小松菜、人参	さとう	中	653	31.5	20.8	1.9	
				牛乳	秋野菜のポトフ				貝		牛乳、鶏肉、ウインナー、あさり	人参、しいたけ、玉ねぎ、キャベツ、かぶ	じゃがいも	大	747	36.3	23.0	2.5
8	火	高等部 試食会 	ごはん	お好み焼き風ハンバーグ			○		牛肉、豚肉、高野豆腐、牛乳、かつお節、青のり	玉ねぎ、キャベツ	米、でん粉、マヨネーズ 風ドレッシング	小	562	23.4	20.0	2.2		
				茎わかめのサラダ						茎わかめ	きゅうり、人参、コーン	ごま	中	651	27.0	22.6	2.5	
				牛乳	切干し大根と油揚げのみそ汁						牛乳、油揚げ、みそ	切干し大根、根深ねぎ		大	743	30.7	25.6	3.3
9	水		(ごはん)	ハヤシライス			○	○	豚肉	玉ねぎ、にんにく、人参、トマト、グリーンピース	米、米油、バター、ルウ	小	562	21.9	17.0	1.8		
				コールスローサラダ							キャベツ、人参、きゅうり、コーン		中	644	24.9	18.3	2.0	
				牛乳	みかんゼリー						牛乳		ゼリー	大	736	28.3	20.9	2.7
10	木	中学部 試食会 	(ごはん)	さつまいもごはん						米、さつまいも、ごま		小	589	25.5	19.8	2.2		
				鮭の紅葉焼き						鮭	人参	マヨネーズ 風ドレッシング	中	654	27.1	20.8	2.6	
				ひじきとチーズの和風サラダ			○			ひじき、チーズ	赤ピーマン、ほうれん草、コーン	さとう	大	747	33.2	22.8	3.0	
				牛乳	キャベツと厚揚げのみそ汁						厚揚げ、みそ	キャベツ						
			牛乳	カップdeヤクルト			○		牛乳		カップdeヤクルト							
11	金	小2-2 おすすめ献立	(ごはん)	五目ごはん					ツナ、油揚げ	枝豆、人参、ごぼう	米、さとう	小	457	14.4	14.0	1.4		
				ぶりフライ			○			ぶり		パン粉、小麦粉	中	506	15.7	15.4	1.7	
				ゆでキャベツ							キャベツ		大	684	24.4	21.6	2.3	
				牛乳	大根ともやしのみそ汁						豆腐、みそ	大根、もやし						
			牛乳	バナナ				バナナ										
14	月		(ごはん)	にんじんごはん						人参	米	小	530	19.4	14.6	2.3		
				春雨と豚肉の炒め物						豚肉	きくらげ、人参、キャベツ、いんげん	米油、春雨	中	610	22.0	15.7	2.7	
				牛乳	さつまいものサラダ						ハム	きゅうり、りんご	さつまいも、マヨネーズ 風ドレッシング	大	698	24.9	17.5	3.1
				牛乳	なめこと大根のみそ汁						牛乳、豆腐、みそ	なめこ、大根						
15	火	小学部 試食会 	ソフト麺	ミートソース			○	○	牛肉、豚肉、チーズ	にんにく、生姜、玉ねぎ、人参、トマト、グリーンピース	麺、オリーブ油、さとう	小	504	23.7	15.9	1.5		
				秋野菜のフレンチサラダ						ハム	白菜、セロリ	さとう、米油	中	619	28.5	17.7	1.9	
				牛乳	ワインゼリー						牛乳		ゼリー	大	727	33.1	19.8	2.0

◎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

令和4年度 11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	たんぱく質	脂質	塩分	
												kcal	g	g	g	
16	水		ごはん	鶏とれんこんの旨煮			○	鶏肉、うずらの卵	れんこん、人参、生姜	米、さとう	小	528	22.7	17.6	1.6	
				チンゲン菜のおひたし				かつお節	チンゲン菜、人参		中	604	25.8	19.2	1.9	
				牛乳	豚汁				牛乳、豚肉、豆腐、みそ	ごぼう、大根、人参、根深ねぎ	さといも	大	700	30.0	22.1	2.5
17	木		ロールパン	ツナサラダ・ウインナー	○	○		ツナ、ウインナー	キャベツ、きゅうり	パン、マヨネーズ [※] 風 [†] レタ [†] 、さとう	小	501	20.4	22.2	2.1	
				カレースープ				貝 鶏肉、あさり	玉ねぎ、人参、ピーマン	じゃがいも、さとう	中	594	23.7	24.5	2.6	
				牛乳	りんご [†] in [†] スイートポテト			○	牛乳	りんご	さつまいも、バター、さとう	大	756	29.8	31.6	3.3
18	金	食育の日「かき」 	ごはん	酢豚				豚肉	しいたけ、たけのこ、人参、玉ねぎ、生姜、にんにく、ピーマン	米、ごま油、さとう、でん粉、米油	小	529	19.2	15.2	1.1	
				春雨ときくらげの中華サラダ				ハム	きくらげ、きゅうり	春雨	中	593	20.3	16.1	1.4	
				牛乳	かき				牛乳	かき		大	712	28.1	20.2	1.7
21	月		(ごはん)	秋の炊き込みごはん				鶏肉	しいたけ、しめじ、まいたけ、人参	米	小	538	25.0	19.4	2.3	
				ツナとポテトの卵焼き		○	○	卵、牛乳、生クリーム、チーズ、ツナ		米油、じゃがいも	中	601	27.0	21.0	2.6	
				牛乳	厚揚げのみそ汁				厚揚げ、みそ	大根、人参、根深ねぎ		大	680	31.3	24.0	3.1
				ヨーグルト			○	牛乳、ヨーグルト								
22	火	ふるさと給食の日	(ごはん)	チキンライス			○	鶏肉	玉ねぎ、人参、トマト、グリーンピース	米、米油、バター	小	502	18.1	15.3	1.9	
				あさりとしめじのスープ				貝 ベーコン、鶏肉、あさり	玉ねぎ、人参、しめじ、えのき		中	541	19.6	15.5	2.1	
				牛乳	おにまん			○	牛乳		さつまいも、ホットケーキミックス	大	661	23.3	18.4	2.9
24	木		ごはん	さばの塩焼き				さば		米	小	468	20.7	15.3	1.6	
				野菜のおひたし				かつお節	小松菜、もやし、人参		中	521	21.7	15.6	1.9	
				牛乳	かつおだしと昆布だしのみそ汁				牛乳、みそ	大根、人参、白菜		大	616	27.3	19.2	2.4
25	金	セレクト献立	食パン	セレクトジャム	○	○				パン、ジャム	小	468	24.2	16.6	1.7	
				メイプルorいちご							小麦粉、米油	中	501	25.8	18.0	2.0
				赤魚のカレームニエル	○			赤魚			小松菜、もやし、人参	大	656	34.3	21.3	2.8
28	月		ごはん	ぶりの照り焼き				ぶり		米	小	388	12.7	9.9	1.5	
				ほうれん草とはすのかつお梅				かつお節	れんこん、ほうれん草、梅干し		中	433	13.6	10.2	1.6	
				牛乳	かぶとなめこのみそ汁				牛乳、油揚げ、みそ	かぶ、なめこ		大	648	27.0	21.7	2.1
29	火		ごはん	しそ味ひじき				ひじき、ゆかり		米、さとう、ごま	小	507	18.6	15.1	1.7	
				煮込みおでん	○	○		昆布、鶏肉、うずらの卵、ちくわ、さつま揚げ、ウインナー	大根、人参	さとう、じゃがいも	中	600	21.9	18.4	2.1	
				牛乳	小松菜ともやしの磯和え				のり	小松菜、もやし		大	668	24.3	19.4	2.4
30	水	中2おすすめ献立	ごはん	ビーフカレー	○	○		牛肉	玉ねぎ、人参、しめじ、にんにく、生姜、りんご、トマト、グリーンピース	米、米油、じゃがいも	小	636	22.5	21.7	1.4	
				野菜のごま和え					小松菜、キャベツ、人参	ごま、さとう	中	716	25.3	23.3	1.7	
				牛乳	チョコクレープ				牛乳		クレープ	大	812	28.8	25.6	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、パ:パナナ、エ:エビ、カ:カニ、イ:イカ、タ:タコ、ナ:ナッツ