令和元年度６月給食予定献立表　静岡県立清水特別支援学校

日	献立	使われている食品と主な働き 熱や力のもとになる	体の調子を整える	体をつくるもとになる	調味料等
3	わかめごはん	米		わかめ	(わかめご飯の素)
	みそ汁		青菜 切干大根 えのきたけ	生揚げ 麦みそ	煮干し
	じゃがいものコロッケ	じゃがいも 薄力粉 パン粉 米油 ﾊﾟｶｰ	たまねぎ	牛肉 豚肉	塩 こしょう
	きゃべつとにんじんのマリネ	ｸﾞﾚｰﾌﾟｼｰﾄﾞｵｲﾙ てんさい糖	きゃべつ にんじん たまねぎ	かつお節	米酢 塩 こしょう
	果物（小中学部振替休業日）		（ ）		
4	カレーピラフ	米 米油	たまねぎ 赤ピーマン ピーマン しょうが にんにく	鶏肉	鶏ガラスープ 酒 塩 カレー粉 こしょう
	かきたまスープ		たまねぎ 青菜 干し椎茸	たまご	鶏ｶﾞﾗｽｰﾌﾟ かつお節 酒 薄口醤油 塩
	じゃがいもと桜えびのミニグラタン	じゃがいも 薄力粉 バター 米油	たまねぎ	牛乳 チーズ 桜えび	塩 こしょう
	切り干し大根のサラダ	ｸﾞﾚｰﾌﾟｼｰﾄﾞｵｲﾙ てんさい糖	青菜 にんじん 切り干し大根	ごま	米酢 薄口醤油 塩
5	ごはん	米			
	豚汁	じゃがいも	たまねぎ にんじん ねぎ しょうが	生揚げ 豚肉 麦みそ	煮干し
	ししゃも			ししゃも	
	ごぼうにんじん豚バラの炒め煮	米油 本みりん てんさい糖	ごぼう にんじん	豚肉 ごま	酒 しょうゆ かつお節
	わかめときゅうりの酢の物	てんさい糖	きゅうり	ごま わかめ	米酢 しょうゆ 塩
6	ごはん	米			
	野菜とベーコンのスープ	じゃがいも	ｷﾝｹﾞﾝ菜 たまねぎ にんじん 干し椎茸	ベーコン	酒 かつお節 薄口醤油 塩 こしょう
	豆腐入りミートローフ	パン粉 米油 本みりん 片栗粉	たまねぎ にんじん しょうが	豚肉 とうふ たまご	酒 しょうゆ 塩糀 塩 こしょう だしパック
	フレンチドレッシングサラダ	ｸﾞﾚｰﾌﾟｼｰﾄﾞｵｲﾙ てんさい糖	きゃべつ きゅうり にんじん		米酢 塩 こしょう
7	魚の蒲焼き風丼ぶり	米 片栗粉 米油 てんさい糖	しょうが	魚（ ）	酒 しょうゆ だしパック
	すまし汁	本みりん	しめじ えのきたけ ねぎ	油揚げ 昆布	酒 かつお節 薄口醤油 塩
	野菜のごま酢和え	てんさい糖	もやし 青菜 にんじん	ごま	米酢 しょうゆ 塩
	果物		（ ）		
10	ツナの炊き込みごはん	米	にんじん	ツナ 油揚げ えんどう豆 ひじき	酒 しょうゆ かつお節 塩
	はんぺん汁		えのきたけ ねぎ	黒はんぺん わかめ	かつお節 酒 薄口醤油 塩
	いきいき鶏のチキンカツ	パン粉 薄力粉 米油		鶏肉 たまご	塩糀
	枝豆			枝豆	
	青菜と桜えびのナムル	ごま油 てんさい糖	青菜 にんじん	桜えび ごま	しょうゆ 米酢 塩
11	ソフトめん	ソフトめん			
	フレッシュトマトのミートソース	米油 薄力粉	たまねぎ トマト トマトピューレ にんじん しょうが にんにく	豚肉 チーズ	ケチャップ 鶏ｶﾞﾗｽｰﾌﾟ ウスターソース 塩 こしょう
	和風ドレッシングサラダ	ｸﾞﾚｰﾌﾟｼｰﾄﾞｵｲﾙ てんさい糖	きゃべつ きゅうり にんじん	ごま	米酢 薄口醤油 塩
	ブルーベリージャムの寒天ゼリー	ブルーベリージャム てんさい糖			寒天
12	麦入りごはん	米 麦			
	折戸なすのカレー	じゃがいも カレールウ 米油	たまねぎ なす にんじん しょうが にんにく	豚肉 打ち豆	かつお節 塩 こしょう
	かりかりじゃこと野菜のサラダ	ｸﾞﾚｰﾌﾟｼｰﾄﾞｵｲﾙ 米油 てんさい糖	きゃべつ きゅうり にんじん	ちりめんじゃこ ごま	米酢 塩 こしょう
	果肉入りみかん果汁寒	みかん缶詰 グラニュー糖	みかん果汁		寒天
13	煎り大豆とじゃこのごはん	米(うるち&もち)		ちりめんじゃこ 煎り大豆 ごま	酒 塩
	みそ汁		えのきたけ ねぎ	とうふ 麦みそ わかめ	煮干し
	じゃが芋と鶏肉の塩煮	じゃがいも 米油 本みりん てんさい糖	たまねぎ にんじん しょうが	鶏肉	酒 かつお節 塩
	野菜のごま浸し		もやし 青菜 にんじん	ごま	しょうゆ だしパック
	お茶のパウンドケーキ	薄力粉 ｸﾞﾗﾆｭｰ糖 バター		たまご	煎茶 ﾍﾟｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ
14	ビビンバ（丼） （ＴＥＡ豚炒め・野菜のナムル）	米 米油 てんさい糖 ごま油 片栗粉	大豆もやし 青菜 にんじん しょうが にんにく	豚肉 ごま	しょうゆ 酒 米酢 しょうゆ糀 塩 豆板醤
	かきたまスープ		たまねぎ 青菜 干し椎茸	たまご	鶏ｶﾞﾗｽｰﾌﾟ 酒 かつお節 薄口醤油 塩
	じゃがいものオーブン焼き	じゃがいも ｸﾞﾚｰﾌﾟｼｰﾄﾞｵｲﾙ			塩
17	ごはん	米			
	みそ汁	じゃがいも	たまねぎ	生揚げ 麦みそ わかめ	煮干し
	魚のカレー風味焼き	本みりん		魚（ ）	塩糀 カレー粉
	おからの含め煮	米油 てんさい糖	にんじん たまねぎ (ｺﾝﾆｬｸ)ねぎ 干し椎茸	おから 油揚げ	酒 しょうゆ かつお節 塩
	野菜のゆかり和え	てんさい糖	きゃべつ		ゆかり 塩 だしパック
18	わかめごはん	米		わかめ	(わかめご飯の素)
	かきたま汁		たまねぎ 青菜 干し椎茸	たまご	かつお節 酒 薄口醤油 塩
	ポークソテー	ｸﾞﾚｰﾌﾟｼｰﾄﾞｵｲﾙ	りんご しょうが にんにく	豚肉	酒 しょうゆ 塩 こしょう
	野菜のお浸し		もやし 青菜 にんじん	かつお節	しょうゆ だしパック
	果物		（ ）		

日	献立	使われている食品と主な働き 熱や力のもとになる	体の調子を整える	体をつくるもとになる	調味料等
19	ごはん	米			
	くるみいりこ	てんさい糖		くるみ 煮干し ごま	酒 しょうゆ
	みそ汁		しめじ 根深ねぎ 切り干し大根	麦みそ 油揚げ 打ち豆	煮干し
	鶏手羽元の黒酢煮	本みりん てんさい糖	しょうが	鶏手羽元 昆布	酒 しょうゆ 米酢 塩
	野菜の浅漬け風	てんさい糖	きゃべつ 青菜 にんじん	ごま	しょうゆ 塩 だしパック
20	とうもろこしごはん	米(うるち&もち)	とうもろこし		酒 塩
	みそ汁		えのきたけ ねぎ	とうふ わかめ 麦みそ	煮干し
	魚の梅味揚げ	片栗粉 米油	しょうが	魚（ ）	酒 しょうゆ 梅干し
	フレンチドレッシングサラダ	ｸﾞﾚｰﾌﾟｼｰﾄﾞｵｲﾙ てんさい糖	きゃべつ きゅうり にんじん	かつお節	米酢 塩 こしょう
21	ごはん	米			
	みそ汁	じゃがいも	しめじ ねぎ	生揚げ 麦みそ わかめ	煮干し
	塩肉じゃが	じゃがいも 本みりん 米油 てんさい糖	たまねぎ にんじん	豚肉	酒 塩糀 かつお節 塩
	野菜の磯香和え		もやし 青菜 にんじん	のり	しょうゆ だしパック
			（ ）		
24	ごはん	米			
	みそ汁	じゃがいも	たまねぎ しめじ	生揚げ 麦みそ	煮干し
	鶏肉のマリネ焼き	ｸﾞﾚｰﾌﾟｼｰﾄﾞｵｲﾙ	にんにく レモン	鶏肉	塩糀 酒 塩 こしょう ハーブミックス
	切り干し大根の炒め煮	本みりん 米油 てんさい糖	にんじん 切干大根 さやいんげん 干し椎茸	油揚げ ごま 昆布	酒 しょうゆ かつお節
	野菜の即席漬け	てんさい糖	きゃべつ 青菜	ごま	薄口醤油 塩
25	鶏五目ごはん	米	にんじん ごぼう 干し椎茸 しょうが	鶏肉 油揚げ えんどう豆	しょうゆ 酒 塩
	かきたま汁		たまねぎ 青菜 えのきたけ 三つ葉	たまご	かつお節 酒 薄口醤油 塩
	魚の塩から揚げ	片栗粉 米油		魚（ ）	塩
	野菜の酢みそ和え	てんさい糖	もやし 青菜 にんじん	麦みそ ごま	米酢 しょうゆ 塩
26	ごはん	米			
	じゃこと大豆のカレー炒め	米油 てんさい糖		大豆 ちりめんじゃこ	塩 カレー粉
	けんちん汁	じゃがいも	大根 にんじん ごぼう 三つ葉	とうふ 昆布	かつお節 酒 しょうゆ 塩
	豚肉の生姜焼き	本みりん	しょうが	豚肉	しょうゆ糀 しょうゆ
	さやいんげんの白和え	てんさい糖	さやいんげん にんじん (ｺﾝﾆｬｸ)干し椎茸	とうふ ごま 麦みそ	酒 醤油 薄口醤油 かつお節 塩
27	ごはん	米			
	すまし汁	本みりん	しめじ えのきたけ ねぎ 干し椎茸	昆布	酒 薄口醤油 塩 かつお節
	魚の山椒みそ焼き	本みりん てんさい糖	しょうが	魚（ ） 麦みそ	山椒
	ひじきと厚揚げの炒め煮	米油 本みりん てんさい糖	にんじん(ｺﾝﾆｬｸ)	生揚げ 枝豆 ひじき ごま	酒 しょうゆ かつお節
	野菜の和風マリネ	ｸﾞﾚｰﾌﾟｼｰﾄﾞｵｲﾙ てんさい糖	きゃべつ たまねぎ	かつお節	米酢 塩 こしょう
28	小学部５年生希望献立				

今年度は小学部、中学部の希望献立です。お友達と好きな食べ物を選びながら、主食、汁物、主菜、副菜をそろえてみましょう☺

ふるさと給食週間で予定している清水区の農産物(生産地)

（食材の詳細）

牛乳 水曜日以外は牛乳が付きます。牛乳は「体をつくるもとになる」グループに入ります。

※天候等により、食材を変更することがあります。