



令和5年度 6月 給食予定献立表

※ 状況により献立を変更することがあります。加工品の材料は()で表示しています。
旬の食材は**太字**で表示、旬の食材を使用したオススメメニューには下線を引いています。

静岡県立静岡聴覚特別支援学校(静岡県立静岡聾学校)

日	献立名	赤			緑			黄			栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 塩分
		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			
1 木	とりときのこのピラフ	鶏肉	にんにく 玉ねぎ しょうが しめじ エリンギ しいたけ パセリ			米 麦 油			736kcal		
	ぎゅうにゅう	牛乳				○ 6月1日は「牛乳の日」○			23.0g		
	フレンチドレッシングサラダ		キャベツ ほうれん草 とうもろこし			油 三温糖			29.9%		
	クラムチャウダー	ベーコン あさり 牛乳	玉ねぎ にんじん マッシュルーム			小麦粉 じゃがいも 油			2.8g		
	バナナ		バナナ								
2 金	ごはん	□ 6月のテーマ食材「新ごぼう」を使った献立 □			米			726kcal			
	ぎゅうにゅう	牛乳							32.5g		
	やきくろはんぺん	黒はんぺん	しょうが			○ 6月2日は「あじの日」○			21.3%		
	かみかみきんぴら	豚肉 こんぶ	新ごぼう にんじん れんこん こんにゃく			ごま油 ごま			3.2g		
	あじのつみれじる	あじ みそ	しょうが スイスチード 葉ねぎ			片栗粉					
5 月	むぎごはん					米 麦			799kcal		
	ぎゅうにゅう	牛乳							30.3g		
	さばとトマトのチーズやき	(さば みそ) チーズ	(しょうが) ミニトマト			(佐藤 でん粉)			34.9%		
	やさいときのこのソテー		小松菜 にんじん まいたけ キャベツ			油 バター			2.2g		
	とうにゅうスープ	ベーコン 豆乳	玉ねぎ にんじん チンゲン菜			じゃがいも 油					
6 火	ごはん					米			713kcal		
	ぎゅうにゅう	牛乳				○ 6月6日は「梅の日」○			27.7g		
	とりのてりやき	鶏肉	しょうが			ごま			28.2%		
	うめいりひじきに	ひじき 油揚げ	にんじん 梅 枝豆			油 三温糖			3.4g		
	きりぼしだいこんのみそじる	みそ わかめ こんぶ	玉ねぎ 切り干し大根 にんじん								
7 水	けんちんうどん	黒はんぺん 油揚げ	にんじん 大根 しいたけ こんにゃく ねぎ			うどん			718kcal		
	ぎゅうにゅう	牛乳	□ 6月のテーマ食材「新ごぼう」を使った献立 □						28.0g		
	ごもくかきあげ		玉ねぎ とうもろこし にんじん 新ごぼう 葉ねぎ			油 小麦粉			25.5%		
	ごまドレッシングサラダ		ブロッコリー ほうれん草 れんこん			ごま油 三温糖 ごま			3.3g		
	ミニフィッシュ	(カタクチイワシ)				(砂糖 ごま)					
8 木	こくとうしよくパン		◇◆ 小学部2年生 リクエスト献立 ◆◇			パン 黒糖			830kcal		
	ぎゅうにゅう	牛乳							34.7g		
	おからいりハンバーグ	豚肉 おから 豚レバー 牛乳 卵	にんにく 玉ねぎ			油 パン粉 三温糖			36.6%		
	ポテトサラダ		にんじん きゅうり			じゃがいも マヨネーズ			3.6g		
	トマトのコンソメスープ		玉ねぎ にんじん トマト 小松菜								
	ラムネがたチーズ	チーズ									
9 金	むぎごはん		○ 6月9日は「緑豆の日」○			米 麦			768kcal		
	ぎゅうにゅう	牛乳							28.7g		
	なまあげとぶたにくのみそいため	豚肉 生揚げ みそ	しょうが ねぎ にんじん キャベツ			ごま油 三温糖 片栗粉			27.0%		
	はるさめサラダ		にんじん きゅうり			春雨 ごま油 三温糖 ごま			2.5g		
	ラビオリスープ	(小麦たん白 豚肉)	(玉ねぎ) オニオンソテー) 玉ねぎ にんじん ほうれん草			(小麦粉 食用植物油 糖液糖 パン粉)					
12 月	ごはん		□ 6月のテーマ食材「新ごぼう」を使った献立 □			米			742kcal		
	ぎゅうにゅう	牛乳							37.5g		
	シイラのピザやき	シイラ チーズ	ピーマン とうもろこし 玉ねぎ						22.4%		
	スパゲッティソテー	ベーコン	玉ねぎ しめじ しいたけ 小松菜			スパゲッティ 油			2.5g		
	こんさいのコンソメスープ		ブロッコリー にんじん 新ごぼう 大根 枝豆								
13 火	ごはん					米			750kcal		
	ぎゅうにゅう	牛乳	☺ かみかみ給食 ☺ かみごたえのある食材「こんぶ」「鶏肉」を取り入れた献立			ごま 三温糖			32.5g		
	とりのごまソース	鶏肉 みそ				ごま 三温糖			33.6%		
	いとこんぶに	豚肉 こんぶ 油揚げ	にんじん			☺ ☺ 油 三温糖			3.1g		
	きのこのみそじる	生揚げ みそ	なめこ しいたけ えのき 小松菜								
14 水	ごはん		○ 6月14日は「世界きゅうりの日」○			米			746kcal		
	ぎゅうにゅう	牛乳							25.2g		
	しらすとうめのはるまき	しらす おから	キャベツ カリカリ梅			油 春巻きの皮 三温糖 ごま油			25.6%		
	さんしょくナムル		もやし にんじん きゅうり			ごま油 三温糖 ごま			3.5g		
	もずくスープ	もずく 豆腐	ねぎ チンゲン菜 とうもろこし			ごま油 ごま					
ヤクルト	(脱脂粉乳)				(ぶどう糖果糖液糖 砂糖)						
15 木	ごはん					米			711kcal		
	ぎゅうにゅう	牛乳							30.0g		
	ホキのマスタードやき	ホキ	マスタード			マヨネーズ			24.0%		
	はりはりづけ		切り干し大根 きゅうり もやし			ごま 三温糖			2.7g		
	あさりのみそじる	あさり 油揚げ みそ	玉ねぎ えのき 葉ねぎ								
	しらたまりフルーツポンチ	豆腐	(黄桃 白桃 りんご みかん)			(砂糖 ぶどう糖果糖液糖) 白玉粉					

日	献立名	赤		緑		黄		栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 水分
		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		
16	ごはん						米	775kcal
金	ぎゅうにゅう	牛乳						33.7g
	いためだいず	豚肉 大豆 みそ	ねぎ	にんにく			油 三温糖	30.1%
	じゃがチーズ	チーズ		パセリ			じゃがいも	2.7g
	なまあげのみそしる	生揚げ みそ	キャベツ	葉大根				
 6月19日(月)～23日(金)は「ふるさと給食週間」です！ 								
19	しらすごはん						米	743kcal
月	ぎゅうにゅう	牛乳						29.5g
	かますのねぎソース	(かます)	(緑茶) ねぎ	しょうが	にんにく		(米粉) 三温糖 ごま油	28.2%
	こまつなのおひたし	かつお節	もやし	小松菜				3.6g
	たまねぎとだいこんのみそしる	みそ 油揚げ	大根	玉ねぎ ニラ				
20	むぎごはん						米 麦	727kcal
火	ぎゅうにゅう	牛乳						30.3g
	ぶたのしょうがやき	豚肉	しょうが	玉ねぎ	にんじん		ごま油 三温糖	24.7%
	ひじきのマリネ	ひじき チーズ	にんじん	枝豆			油 三温糖	2.7g
	ふとわかめのみそしる	みそ わかめ	玉ねぎ	えのき			麩	
	サイダーかん			寒天			上白糖 水みつ	
21	ごはん						米	775kcal
水	ぎゅうにゅう	牛乳						29.6g
	まめとレバーのドライカレー	豚肉 豚レバー 大豆	にんにく	しょうが	玉ねぎ	にんじん	油 カレールウ 小麦粉 ひよこ豆	28.5%
	やさいのあさづけ		にんじん	大根	きゅうり	レモン	三温糖	2.3g
	えだまめ			枝豆				
22	ごはん						米	722kcal
木	ぎゅうにゅう	牛乳						32.6g
	かつおのかくに	カツオ		しょうが			三温糖	27.1%
	ごぼうときゅうりのサラダ			新ごぼう	きゅうり	にんじん	マヨネーズ ごま 三温糖	2.4g
	なすのみそしる	生揚げ みそ		なす	葉ねぎ			
23	ごはん						米	752kcal
金	ぎゅうにゅう	牛乳						29.0g
	じゃがいものしおに	鶏肉	しょうが	にんじん	玉ねぎ		じゃがいも ごま油 三温糖	28.7%
	もやしのいそあえ	のり	もやし	キャベツ	ほうれん草	にんじん		2.7g
	こんさいのみそしる	みそ 油揚げ	大根	にんじん	小松菜			
26	ごはん						米	766kcal
月	ぎゅうにゅう	牛乳						27.0g
	マーボーナス	豚肉 豚レバー みそ	なす	しょうが	にんにく	にんじん	しいたけ	26.7%
	ちゅうかあえ		玉ねぎ	ニラ			ごま油 三温糖 片栗粉	3.0g
	フルーツヨーグルト	ヨーグルト		(パイナップル 白桃 みかん)			(砂糖)	
27	ごはん						米	747kcal
火	ぎゅうにゅう	牛乳						33.3g
	わふうミートローフ	豚肉 豚レバー 豆腐 みそ	玉ねぎ	しょうが	にんじん		油 じゃがいも パン粉 三温糖 片栗粉	24.9%
	きりぼしだいこんカレーいため	豚肉	切り干し大根	しょうが	にんじん	ピーマン	油 三温糖	2.9g
	かぼちゃのみそしる	みそ	玉ねぎ	かぼちゃ	葉ねぎ			
28	ごはん てづくりのりのつくだに	のり					米 三温糖	766kcal
水	ぎゅうにゅう	牛乳						28.4g
	えびいもコロッケ	(鶏肉 植物性たん白)	(玉ねぎ)				(里芋 じゃがいも 砂糖 パン粉 小麦粉 でん粉 植物性油脂) 油	27.8%
	ほうれんそうのしらあえ	豆腐 みそ	しいたけ	にんじん	ほうれん草		ごま 三温糖	2.4g
	にくだんごのスープ	鶏肉 牛乳	しょうが	もやし	にんじん	ニラ 玉ねぎ	ごま 片栗粉	
29	ごはん						米	731kcal
木	ぎゅうにゅう	牛乳						26.5g
	さばのみそに	さば みそ		しょうが			三温糖	32.1%
	やさいのゆかりあえ			きゅうり	もやし	枝豆	ゆかり	2.6g
	けんちんじる	こんぶ 豆腐	にんじん	大根	新ごぼう	こんにゃく	葉ねぎ	
30	ごはん						米	751kcal
金	ぎゅうにゅう	牛乳						28.0g
	ぶたとピーマンのカラフルいため	豚肉	にんにく	しょうが	たけのこ	ピーマン	パプリカ	33.7%
	もやしのさっぱりサラダ		もやし	小松菜	にんじん		三温糖 ごま油 ごま	2.2g
	レタスとコーンのスープ	ベーコン 卵	レタス	玉ねぎ	にんじん	しいたけ	とうもろこし	

