

令和6年度 5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	落花生	えび					かに	エネルギー kcal	タンパク 質 g	脂質 g	食塩相 当量 g
1	水	牛乳				○				牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		たけのこごはん							米 砂糖	油揚げ	菊水煮 人参	しょうゆ 酒 塩 みりん 顆粒だし	269	6.0	2.3	1.1	
		とり肉のから揚げ							片栗粉 揚げ油	とり肉	レモン 生姜 にんにく	しょうゆ 酒 塩	184	14.5	10.8	0.5	
		絹さやと油揚げのお かか和え							ごま	油揚げ かつお節	水菜 絹さや	しょうゆ	29	2.4	1.7	0.3	
		みそ汁								わかめ みそ かつおの素	もやし しめじ		29	3.1	0.6	1.2	
		こどものデザート							砂糖・ぶどう糖果糖液糖 水あめ	豆乳加工食品	りんご果汁 レモン果汁	乳酸Ca 炭酸Ca 増粘多糖類 酸味料 ビタミンC 香料 クエン酸Na クチナシ色素 カロチノイド色素 ピロリン酸第一鉄		38	0.0	0.3	0.0
2	木	牛乳				○				牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		りんごパン	○		△	○			小麦粉 砂糖 ショートニング グラニュー	脱脂粉乳	りんご	イースト 塩	305	8.0	4.7	1.0	
		スクランブルエッグ			○	○			じゃが芋 サラダ油 バター 砂糖	卵 ベーコン 生クリーム	玉葱 グリンピース	ケチャップ コンソメ 塩 こしょう	158	7.8	8.5	0.8	
		大豆のサラダ							マヨネーズ	大豆		きゅうり セロリー ミニトマト	塩 こしょう	88	5.3	7.1	0.5
		レタスのスープ								チキンハム	玉葱 レタス	コンソメ こしょう	28	2.4	0.3	1.0	
7	火	牛乳				○				牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		ごはん							米				274	4.9	0.7	0.0	
		豆腐ハンバーグ	○		○				砂糖 生パン粉 片栗粉	豚肉 豆腐 卵 豆乳	玉葱 葉葱	しょうゆ みりん 酒 塩 こしょう ナツメグ	188	13.2	11.5	1.1	
		カレービーフン							ビーフン 砂糖 サラダ油	豚肉	キャベツ 玉葱 人参 菊水煮 ビーマン 干椎茸 にんにく 生姜	オイスターソース しょうゆ 酒 カレー粉	78	4.5	2.0	0.5	
		玉葱とハムのスープ	○							ハム	玉葱 えのき	コンソメ こしょう	26	2.6	0.3	1.1	
8	水	牛乳				○				牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		チキンピラフ				○			米 麦 パター サラダ油	とり肉	玉葱 人参 パセリ	コンソメ 白ワイン 塩 こしょう ガーリックパウダー	314	7.3	2.5	1.0	
		ツナ入り豆腐ボール			○				揚げ油 マヨネーズ 片栗粉	おから 豆腐 鮭フレーク 卵	葉葱 生姜	コンソメ しょうゆ	158	7.3	11.8	0.6	
		じゃが芋とコーンの スープ							じゃが芋	人参 コーン	コンソメ こしょう		36	1.0	0.2	0.8	
		とろけるプリン							水あめ 砂糖 ショートニン グ デキストリン	豆乳		水溶性食物繊維 塩 グル化剤 乳化剤 カロチノイド色素 ピロリン酸第二鉄 カラメル色素 増粘多糖類 香料	77	0.2	4.0	0.0	
9	木	牛乳				○				牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		山形食パン	○		△	○			小麦粉 砂糖 ショートニング	脱脂粉乳		イースト 塩	224	6.8	3.9	0.8	
		ピーナツクリーム	○			○			水あめ 砂糖 ピーナツバター ショートニング 小麦粉			乳化剤 香料	61	0.7	2.4	0.0	
		ポテトグラタン	○		○				じゃが芋 小麦粉 パター サラダ油	牛乳 とり肉 チーズ 生クリーム	玉葱 しめじ	塩 コンソメ こしょう	151	8.1	8.2	0.7	
		コールスローサラダ							オリーブオイル 砂糖		キャベツ 人参 きゅうり コーン缶	酢 塩 こしょう	44	0.7	2.6	0.3	
		大根とベーコンの スープ							オリーブオイル	ベーコン	大根 にんにく	コンソメ こしょう	35	1.5	2.1	1.0	
10	金	牛乳				○				牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		ごはん							米				274	4.9	0.7	0.0	
		豆腐としらすの揚げ 物	○		○		○	△	小麦粉 揚げ油	豆腐 えびすりみ ハム 卵 しらす 青のり粉	コーン	酒	160	12.4	10.0	0.7	
		ゆでそら豆									そら豆	塩	20	2.2	0.0	0.1	
		大根の炒め煮							砂糖 サラダ油	ちくわ	大根 人参 いんげん	しょうゆ みりん 酒 顆粒だし	47	2.1	0.8	0.8	
		みそ汁								みそ 油揚げ かつおの素	もやし 葉葱		46	4.1	2.2	1.3	
13	月	牛乳				○				牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		ごはん							米				274	4.9	0.7	0.0	
		豚肉のピカタ	○		○	○			小麦粉	豚肉 卵 粉チーズ		塩 こしょう	216	16.8	15.5	0.6	
		マカロニサラダ	○						マヨネーズ マカロニ オリーブオイル	鮭フレーク	きゅうり 人参 コーン缶	こしょう	111	3.6	6.8	0.3	
		ちんげん菜のスープ							片栗粉		玉葱 ちんげん菜 人参	コンソメ 塩 こしょう	19	0.4	0.1	0.9	
14	火	牛乳				○				牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		ごはん							米				274	4.9	0.7	0.0	
		鱈の△ニエルみどり 酢かけ	○			○			小麦粉 パター 砂糖	鱈	きゅうり 玉葱	酢 塩 しょうゆ こしょう	142	16.3	6.1	0.7	
		じゃが芋としめじの 炒め煮							じゃが芋 砂糖 サラダ油		玉葱 しめじ 人参 にんにくの芽	しょうゆ みりん 酒 顆粒だし	85	2.0	0.7	0.6	
		すまし汁								豆腐 かつおの素	人参 水菜	しょうゆ 塩	29	3.2	1.1	0.8	
15	水	牛乳				○				牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		グリーンピースごはん							米		グリーンピース	酒 塩 みりん	266	5.0	0.7	1.1	
		とり肉の生姜焼き							砂糖 片栗粉	とり肉	もやし 生姜	しょうゆ 酒 みりん	119	17.8	4.5	0.8	
		厚揚げとちんげん菜 のピリ辛炒め							砂糖 片栗粉	厚揚げ 豚肉	ちんげん菜 人参 生椎茸	しょうゆ 酒 豆板醤	151	10.0	9.4	0.9	
		おぼろ汁			○					とり肉 豆腐 卵 かつおの 素	葉ねぎ 生姜	しょうゆ 塩 酒	63	6.4	3.7	0.8	
16	木	牛乳				○				牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		うどん	○						小麦粉			塩	278	9.7	1.2	0.0	
		カレーうどん汁	○			△			カレールウ(乳不使用) 片栗粉 砂糖	とり肉 油揚げ かつおの素	玉葱 人参 葉葱 生椎茸	しょうゆ みりん 酒 コンソメ 塩 こしょう カレー粉	160	10.4	6.7	2.2	
		ボーク包子	○		△	△	△	△	小麦粉 砂糖 小麦でん粉 パン粉 こま油	豚肉 大豆粉末	キャベツ 玉葱 菊 椎茸 こんにゃく粉	しょうゆ 調味料 香辛料 塩 酵母エキス	113	8.0	1.5	0.8	
		パイナップル									パイナップル		27	0.3	0.1	0.0	
17	金	牛乳				○				牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		ごはん							米				274	4.9	0.7	0.0	
		焼き肉おろしかけ							砂糖	豚肉	大根 葉葱	しょうゆ 酒 塩 こしょう	198	13.3	14.4	1.0	
		キャベツといかの酢 みそあえ							砂糖 ごま	いか みそ	キャベツ きゅうり	酢 酒	50	4.0	0.8	0.6	
		すまし汁								かつおの素	しめじ 小松菜 人参	しょうゆ 塩	15	1.9	0.1	0.8	

令和6年度 5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	落花生	えび	かに					エネルギー kcal	タンパク質 g	脂質 g	食塩相当量 g		
20	月	牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2		
		ごはん								米				274	4.9	0.7	0.0		
		鯖のごまだれ焼き								ごま 砂糖	さば	しょうゆ 酒 みりん		189	17.1	13.9	1.0		
		人参のきんぴら								砂糖 サラダ油 ごま		人参 こんにやく ヒーマン 干椎茸	しょうゆ 酒 みりん 顆粒だし		43	1.1	1.0	0.6	
		すまし汁									豆腐 かつおの素	えのき 水菜	しょうゆ 塩		26	3.0	0.9	0.8	
21	火	牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2		
		焼豚炒飯				○				米 麦 サラダ油 ごま 菜油	焼豚 卵	人参 葉葱 干椎茸	しょうゆ 中華だしの素 塩		326	10.8	5.5	2.2	
		アスパラの肉巻き	○								豚肉	アスパラ	焼き肉のタレ		93	10.0	4.7	0.9	
		ワンタンスープ	○							ワンタンの皮		もやし ちんげん菜 白葱	しょうゆ こしょう 中華だしの素		36	1.0	0.0	1.0	
		りんごムース								砂糖 ぶどう糖果糖液糖	豆乳 ゼラチン	りんご果汁 レモン果汁	植物油 ビタミンC 炭酸Ca 加工デンプン 乳化剤 pH調整剤 香料 乳酸Ca ヒロリン酸第二鉄		82	0.5	4.5	0.0	
22	水	牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2		
		ごはん								米				274	4.9	0.7	0.0		
		豆腐のえびあんかけ						○		片栗粉 砂糖	豆腐 えび	玉葱 しめじ グリンピース	みりん しょうゆ 酒 顆粒だし 塩		145	13.1	7.5	0.6	
		きゅうりと竹輪の酢の物								砂糖 ごま	ちくわ わかめ	きゅうり 生姜	酢 塩		35	2.3	0.6	0.5	
		すまし汁				○					半片 かつおの素	小松菜 人参	しょうゆ 塩		27	3.2	0.2	1.0	
23	木	牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2		
		バーガーパン	○		△	○				小麦粉 砂糖 ショートニング	脱脂粉乳			イースト 塩		263	8.0	4.6	0.9
		タンドライーチキンバーガー具						○		サラダ油	鶏肉 ヨーグルト	キャベツ 生姜 にんにく レモン果汁	ケチャップ 酢 塩 ターメリック こしょう パプリカ カレー粉 クミン ガラムマサラ		109	15.8	4.6	0.7	
		野菜スティックサラダ								マヨネーズ はちみつ	みそ	大根 きゅうり 人参		69	0.9	4.7	0.4		
		いんげん豆のスープ								白いんげん豆	ベーコン	玉葱 人参 セロリ	コンソメ こしょう		39	1.9	1.1	1.1	
24	金	牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2		
		ごはん								米				274	4.9	0.7	0.0		
		かつおの竜田揚げ								片栗粉 揚げ油	かつお	レモン 生姜	しょうゆ 酒		146	15.9	5.8	0.7	
		ひじきの煮物								砂糖 サラダ油 ごま油	油揚げ ひじき	人参 こんにやく いんげん	しょうゆ みりん 酒 顆粒だし		55	2.0	2.4	0.8	
		みそ汁									豆腐 かつおの素 油揚げ みそ	葉葱		65	5.6	3.8	1.2		
		みかんゼリー								水あめ 砂糖 ぶどう糖		みかん果汁	増粘多糖類 酸味料 香料 ビタミンC クエン酸Na		23	0.0	0.0	0.1	
27	月	牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2		
		鮭の炊き込みごはん								米	鮭フレーク	生姜	酒 昆布茶 しょうゆ		273	8.4	2.1	0.8	
		揚げ豆腐の酢あんかけ								揚げ油 片栗粉 砂糖	豆腐	玉葱 菊水蒸 ヒーマン 人参 干椎茸	しょうゆ 酢 顆粒だし		220	8.3	14.9	0.7	
		キャベツと小松菜の昆布あえ									ちくわ 塩昆布	キャベツ 小松菜		26	2.3	0.3	0.7		
		すまし汁									かつおの素	しめじ 水菜	しょうゆ 塩		15	2.1	0.1	0.9	
28	火	牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2		
		わかめごはん								米	わかめ			274	5.1	0.7	0.0		
		とり肉の風味焼き								ごま 砂糖	とり肉	キャベツ 人参 葉葱	しょうゆ 赤ワイン みりん		111	15.2	4.6	1.0	
		切干大根の煮物				○				砂糖 サラダ油	角天 油揚げ	切干大根 人参 いんげん 干椎茸	しょうゆ みりん 酒 顆粒だし		78	3.5	2.7	1.1	
		五目汁									豆腐 かつおの素	大根 小松菜 えのき こぼう	しょうゆ 塩		31	3.1	1.0	0.8	
29	水	アメリカンチェリー									アメリカンチェリー			13	0.0	0.0	0.0		
		牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2		
		ごはん								米				274	4.9	0.7	0.0		
		明石焼き風玉子焼き				○				砂糖 サラダ油 片栗粉	卵 たこ	キャベツ 三つ葉 干椎茸 生姜	合わせだし しょうゆ 酒 みりん 塩		130	13.0	7.3	1.4	
		きゅうりとハムの中巻あえ								ごま ごま油 砂糖	ハム	もやし きゅうり	しょうゆ 酢 塩		36	3.6	0.9	0.6	
30	木	すまし汁	○							麩	かつおの素	小松菜	しょうゆ 塩		28	3.0	0.1	0.8	
		牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2		
		うずまきパン	○		△	○				小麦粉 マーガリン 砂糖 ショートニング	脱脂粉乳			イースト 塩		363	8.1	12.9	0.9
		じゃがいものチーズ焼き						○		じゃが芋 サラダ油	チーズ ベーコン	玉葱 水菜	コンソメ 塩 こしょう		111	5.6	5.6	0.9	
		ちんげん菜のクリーム煮	○			○				マカロニ 片栗粉 バター	牛乳 鶏肉 生クリーム	玉葱 ちんげん菜 しめじ 人参	コンソメ 塩 白ワイン こしょう		86	5.5	3.1	0.4	
31	金	トマトとレタスのスープ										トマト レタス	コンソメ こしょう		14	0.5	0.1	1.0	
		牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2		
		ごはん								米				174	4.9	0.7	0.0		
		厚揚げのキムチチーズ焼き						○		砂糖	厚揚げ チーズ みそ	白菜キムチ	みりん しょうゆ		232	16.0	16.4	1.1	
もやしのサラダ							○	マヨネーズ	かにかま	もやし 水菜	味ぽん		64	2.5	4.6	0.4			
かきたま汁				○				片栗粉	卵 かつおの素	玉葱 絹さや	しょうゆ 塩		38	3.2	1.3	0.9			

* 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、マヨネーズ、ちくわには、「乳、卵」は使用されていません。