

令和6年度 7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	豚肉	えび	かに					エネルギーkcal	タンパク質g	脂質g	塩分g	
1	月	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん								米					274	4.9	0.7	0.0
		厚揚げみそ焼き								砂糖 ごま油	厚揚げ みそ	葉葱	みりん		211	13.9	14.9	0.4
		ゆで枝豆										枝豆	塩		15	1.4	0.7	0.5
		じゃがいもといんげんのソテー								じゃが芋 サラダ油 ごま		しめじ いんげん 人参 にんにく	オイスターソース 酒 塩 こしょう		56	1.9	0.8	0.7
		すまし汁									なると かつおの素	しめじ 水菜	しょうゆ 塩		24	3.0	0.2	1.1
2	火	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		キムチ炒飯				○				米 麦 サラダ油 ごま ごま油	豚肉 卵	白菜キムチ 人参 葉葱 にんにく	しょうゆ 中華だし 塩 こしょう		323	12.8	6.2	2.1
		豚肉の包み焼き					○			じゃが芋 バター	豚肉	玉葱 人参 ビーマン	赤ワイン しょうゆ 塩 こしょう コンソメ		122	8.2	6.8	0.8
		空芯菜のスープ								ごま ごま油		もやし 空芯菜 にんにく	しょうゆ 中華だし 塩		16	1.3	0.4	1.3
		ライチゼリー								砂糖 ぶどう糖		ライチ果汁 レモン果汁	デキストリン ゲル化剤 酸味料 ビタミンC クエン酸 香料		41	0.1	0.0	0.0
3	水	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん								米					274	4.9	0.7	0.0
		鶏肉の梅生姜焼き								砂糖	鶏肉	梅肉 生姜	しょうゆ 酒 みりん		119	17.6	4.5	1.3
		厚揚げとなすのみそ炒め								砂糖 サラダ油	厚揚げ 豚肉 みそ	なす ビーマン 人参 生姜	しょうゆ 酒 みりん 顆粒だし		107	7.2	5.8	0.8
		冬瓜汁								片栗粉	鶏肉 かつおの素	冬瓜 葉葱 生姜	しょうゆ 酒 塩		37	4.3	0.8	0.8
		牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
4	木	マーガリンパン	○		△	○				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
		白身魚のケチャップソース	○			○				小麦粉 三温糖 バター	ホキ 生クリーム	玉葱 しめじ	ケチャップ ウスターソース 赤ワイン 塩 こしょう		156	14.8	5.3	1.3
		とり肉とパインのサラダ					○			マヨネーズ	チキンフレーク ヨーグルト	キャベツ パイン缶 きゅうり ミントマト		86	3.5	5.1	0.2	
		キャベツとかぼちゃのスープ									ウインナー	かぼちゃ 玉葱	コンソメ こしょう		59	2.6	3.1	1.1
		牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
5	金	ごはん								米					274	4.9	0.7	0.0
		星のコロッケ	○							じゃがいも 豚脂 乾燥マッシュポテト パン粉 小麦粉 コーンフラワー 還元水あめ でんぷん 植物油 揚げ油 砂糖	とり肉 豚肉	玉葱	デキストリン 塩 香辛料		156	2.9	9.5	0.4
		焼き豚サラダ					○			白クリーミードレッシング	焼き豚	キャベツ きゅうり 玉葱	酒 塩 こしょう		71	3.5	4.6	0.7
		そうめん汁	○							そうめん	かつおの素	おくら 人参	しょうゆ 塩		23	1.8	0.0	1.0
		七塔お星さまゼリー								糖果ぶどう糖液糖 砂糖 水あめ 果糖 ブドウ糖 寒天	豆乳加工食品	レモン果汁 メロン果汁	デキストリン 乳酸 Ca ゲル化剤 酸味料 加工でんぷん 香料 クエン酸鉄Na 乳化剤 着色料 pH調整剤		51	0.0	0.2	0.0
		牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
8	月	ごはん								米					274	4.9	0.7	0.0
		お好み焼き風玉子焼き					○			サラダ油 ごま油	卵 豚肉 いか かつお節 青のり粉	キャベツ たら	オタフクソース しょうゆ 酒 塩 こしょう		156	13.7	9.3	1.3
		たこサラダ								マヨネーズ	たこ ちくわ	きゅうり	白ワイン 練わさび		98	7.5	6.0	0.7
		わかめのスープ								ごま油	わかめ	もやし	中華だし 塩 しょうゆ		11	0.9	0.2	1.2
		ぶどう										ぶどう			23	0.2	0.0	0.0
		牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
9	火	ごはん								米					274	4.9	0.7	0.0
		ピーマンの肉づめ	○		○	○				生パン粉 砂糖	豚肉 卵 牛乳	ピーマン 玉葱 干椎茸 生姜	ケチャップ 中濃ソース 酒 塩 こしょう ナツメグ		152	11.0	9.6	0.5
		ひじきの煮物								砂糖 サラダ油 ごま油	ひじき 油揚げ	こんにゃく 人参 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	○							みそ	かつおの素	小松菜		33	3.3	0.5	1.2	

令和6年度 7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	豚肉	えび					かに	エネルギーkcal	タンパク質g	脂質g
10	水	牛乳			○				米	牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		ごはん											274	4.9	0.7	0.0
		いかリングフライ	○		○	○			揚げ油 パン粉 小麦粉	いか 卵 牛乳		中濃ソース	173	13.7	8.1	0.6
		冬瓜のかにあんかけ						○	片栗粉	かにかま かつおの素	冬瓜 枝豆 生姜	しょうゆ みりん 酒	51	3.1	0.4	1.0
		すまし汁			○					うすら卵 かつおの素	えのき 水菜	しょうゆ 塩	61	4.6	3.5	0.9
11	木	牛乳			○				小麦粉 ショートニング 砂糖	脱脂粉乳		イースト 塩	126	6.8	7.8	0.2
		バーガーパン	○		△	○			生パン粉 砂糖	牛肉 豚肉 卵 牛乳	キャベツ 玉葱	ケチャップ ウスターソース 赤ワイン コンソメ 塩 ナツメグ こしょう	263	8.0	4.6	0.9
		ハンバーガー具	○		○	○							174	10.3	10.5	0.6
		シェルマカロニのサラダ	○						シェルマカロニ マヨネーズ オリーブオイル		きゅうり 人參 コーン缶	こしょう	117	2.0	7.1	0.2
		おくらとトマトのスープ									トマト 玉葱 おくら	コンソメ こしょう	16	0.6	0.1	0.8
12	金	牛乳			○				米	牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		ごはん											274	4.9	0.7	0.0
		鱈のさっぱりトマトソース	○						揚げ油 片栗粉 小麦粉 オリーブオイル	鱈	トマト 玉ねぎ	塩 こしょう バジル	151	12.2	9.3	0.4
		空芯菜のにんにく炒め							ごま油	豚肉	空芯菜 筍 水煮 人參 にんにく	中華だし 酒 塩 こしょう	51	4.5	2.3	0.5
		みそ汁								みそ 油揚げ かつおの素	かぼちゃ 葉葱		64	4.1	2.4	1.2
16	火	牛乳			○				米	牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		ごはん											274	4.9	0.7	0.0
		チンジャオロース							片栗粉	豚肉	筍 水煮 ビーマン 赤・黄パプリカ 椎茸 生姜	しょうゆ 酒 中華だし	83	7.9	3.3	0.7
		ビーフンといかのサラダ							マヨネーズ ビーフン ごま油	いか みそ	きゅうり 人參	しょうゆ 酒	114	4.7	6.8	0.6
		中華風玉子スープ			○				片栗粉	卵	白菜 ちんげん菜 きくらげ	ガラスープ 中華だし 塩 こしょう	34	2.4	1.6	0.2
		マンゴーゼリー							みずあめ 砂糖混合 ぶどう糖果糖液糖		マンゴーピューレ	難消化性デキストリン 乳酸菌	47	0.1	0.0	0.1
17	水	牛乳			○				米	牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		ごはん											274	4.9	0.7	0.0
		たちうおの煮つけ							砂糖	たちうお	生姜	しょうゆ みりん 酒	214	13.5	16.7	0.7
		レモンじょうゆあえ							砂糖	ハム	キャベツ きゅうり レモン	しょうゆ	27	2.8	0.3	0.4
		みそ汁								みそ 油揚げ かつおの素	なす		47	3.8	2.2	1.3
18	木	牛乳			○				小麦粉 ショートニング 砂糖	脱脂粉乳		イースト 塩	126	6.8	7.8	0.2
		ロールパン	○		△	○			サラダ油	酵母入りフランク	キャベツ	ケチャップ 粒マスタード 塩 こしょう	264	8.0	4.6	1.0
		ホットドック具							揚げ油 砂糖	きなこ		塩	131	6.7	9.6	0.9
		きなこパン具							じゃが芋 バター	ベーコン 粉チーズ	玉葱 トマト缶 人參 セロリ にんにく パセリ	コンソメ こしょう	62	0.7	5.5	0.0
		ミネストローネ	○		○						玉葱 トマト缶 人參 セロリ にんにく パセリ	コンソメ こしょう	72	2.8	2.5	1.2
		すいか									すいか		25	0.4	0.1	0.0
19	金	牛乳			○				米	牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		わかめごはん								わかめごはんの素			274	5.1	0.7	1.0
		とり肉と大豆の揚げ煮	○						揚げ油 砂糖 小麦粉 片栗粉 サラダ油	鶏肉 大豆	ビーマン	しょうゆ みりん 塩 こしょう	192	14.1	10.7	1.1
		厚揚げとキャベツのごま酢和え							砂糖 ごま	厚揚げ	キャベツ きゅうり 生姜	しょうゆ 米酢	69	3.7	3.3	0.5
		みそ汁								みそ かつおの素	もやし しめじ にはら		30	3.2	0.6	1.3
22	月	牛乳			○				米 麦	牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		麦ごはん											292	5.2	0.8	0.0
		夏野菜カレー	○		○				カレールゥ 揚げ油 サラダ油	豚肉 チーズ	玉葱 かぼちゃ なす ビーマン 人參 トマト缶 詰 にんにく	がらスープ 赤ワイン カレー粉 クミン ガラムマサラ ターメリック こしょう	234	10.3	13.6	1.2
		キャベツとツナのあえもの							砂糖	鮭フレーク	キャベツ きゅうり もやし しょうが	しょうゆ 酢	36	2.6	1.1	0.5
									梨		13	0.1	0.0	0.0		

# 令和6年度 7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					豚肉	えび	かに	エネルギーkcal

\* 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、焼き豚、マヨネーズ、ちくわには、「乳、卵」は使用されていません。