

令和6年度 9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	塩分g
4	水	牛乳			○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん								米				274	4.9	0.7	0.0
		鶏肉のから揚げ								片栗粉 揚げ油	鶏肉	生姜 にんにく レモン	しょうゆ 酒 塩	181	14.4	10.8	0.5
		ひじきと豆の煮もの								サラダ油 砂糖	ひじき 鶏肉 大豆	こんにゃく 人参 いんげん ごぼう	しょうゆ みりん 酒 顆粒だし	90	6.9	3.3	0.6
		野菜スープ									ベーコン	キャベツ 人参 コーン	コンソメ こしょう	42	2.3	2.2	1.1
5	木	牛乳			○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		食パン	○		△	○				小麦粉 ショートニング 砂糖	脱脂粉乳		イースト 塩	224	6.8	3.9	0.8
		いちごジャム								水あめ 砂糖		いちご		33	0.0	0.0	0.0
		鶏肉のハーブ焼き								オリーブオイル	鶏肉		白ワイン ハーブソルト パジ	110	17.2	5.1	0.2
		キャベツと玉子のサラダ			○					マヨネーズ 砂糖 ごま	卵	キャベツ きゅうり 人参	しょうゆ 酢	77	2.3	5.1	0.6
		じゃが芋とコーンのスープ	○							じゃが芋	ウインナー	コーン	コンソメ こしょう	65	2.5	2.6	1.0
6	金	牛乳			○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん								米				274	4.9	0.7	0.0
		ふーチャンプルー	○		○					麩 サラダ油	卵 焼豚	もやし キャベツ 玉葱 人参 にら	しょうゆ 塩 酒 顆粒だし こしょう	88	7.3	3.7	1.1
		野沢菜饅頭	○		△	△		△	△	皮(小麦粉 こんにゃく粉 大豆粉 小麦でん粉) 米油	豚肉 鶏肉 みそ	野沢菜塩漬け キャベツ 玉葱	塩 砂糖 しょうゆ 発酵調味液 酵母エキス	113	7.6	2.9	0.1
		豆腐ときくらげのスープ									豆腐	白菜 葉葱 きくらげ	しょうゆ 中華だし 塩 こしょう	20	1.7	0.7	0.9
		甘夏ゼリー								砂糖		甘夏	水溶性食物繊維 ゲル化剤 酸味料 香料 ビタミンC クエン酸鉄Na	30	0	0	0
9	月	牛乳			○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん								米				274	4.9	0.7	0.0
		豆腐の葱しょうゆがけ								ごま油 砂糖	豆腐	白葱 葉葱	しょうゆ みりん 酒 酢	131	10.8	8.2	0.6
		にんにく芽と春雨のスープ煮								春雨 サラダ油	豚肉	にんにくの芽 にんにく	コンソメ しょうゆ こしょう	97	4.4	2.4	1.0
		にら玉スープ			○					片栗粉	卵	白菜 にら	ガラスープ 中華だし 塩 こしょう	37	2.4	1.7	1.1
10	火	牛乳			○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ソフトめん	○	△	△					小麦粉			塩	250	8.7	1	0
		みそソース	○		○					小麦粉 サラダ油 バター 砂糖	牛肉 豚肉 みそ チーズ	玉葱 人参 生姜 パセリ	ケチャップ 酒 顆粒だし	258	11.8	14.7	2.6
		カッターチーズサラダ			○					オリーブオイル 砂糖 ごま	カッターチーズ	キャベツ もやし きゅうり	酢 塩 こしょう	56	2.2	3.7	0.4
11	水	牛乳			○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん								米				274	4.9	0.7	0.0
		切干大根の玉子焼き			○					サラダ油 砂糖	卵 豚肉	人参 切干大根 葉葱	しょうゆ 酒 塩	170	12.3	10.3	1.1
		里芋のサラダ								里芋 マヨネーズ ごま 砂糖	鶏肉 みそ	小松菜	塩	114	3.4	7.6	0.6
		みそ汁									わかめ みそ かつおの素	牛乳	しめじ もやし	30	3.2	0.6	1.3
12	木	牛乳			○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		マーガリン入丸型パン	○		△	○				小麦粉 砂糖 マーガリン ショートニング	脱脂粉乳		イースト 塩	363	8.1	12.9	0.9
		フライドチキン	○		○					揚げ油 小麦粉 片栗粉	鶏肉 卵	にんにく	しょうゆ 酒 コンソメ 塩 ジンジャーパウダー オールスパイス こしょう ナツメグ	147	12.1	9.3	0.5
		ちんげん菜のサラダ								マヨネーズ ごま	ハム	ちんげん菜 もやし 人参	味ボン	68	2.9	5.1	0.4
		シェルマカロニのスープ	○							マカロニ		キャベツ 人参	コンソメ こしょう	34	1.3	0.2	0.9

令和6年度 9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	塩分g	
13	金	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん								米					274	4.9	0.7	0.0
		厚揚げマーボー丼具								片栗粉 砂糖 ごま油 サラダ油 ラー油	厚揚げ 豚肉 みそ	なす 玉葱 葉葱 生姜 にんにく 干椎茸	しょうゆ 酒 中華だし 豆板醤		188	11.4	10.9	1.4
		バンバンジー								砂糖 ごま ごま油	鶏肉	もやし きゅうり 白葱 生姜	しょうゆ 酢		65	4.7	3.5	0.6
		筍とわかめの中華スープ								ごま油	わかめ	白葱 筍水煮	しょうゆ 中華だし 塩 こしょう		14	1.0	0.1	1.3
		ぶどう (ピオーネ)										ぶどう			12	0.1	0.0	0.0
17	火	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		栗ごはん								米 もち米 栗 ごま			酒 みりん 塩		289	5.1	1.2	1.0
		豆腐のきのこソースがけ				○				バター 砂糖	豆腐 ベーコン	玉葱 しめじ えのき 葉葱 干椎茸 にんにく	しょうゆ 白ワイン こしょう		146	12.6	8.8	0.6
		きなこあえ								砂糖	ちくわ きなこ	もやし 小松菜 人参	しょうゆ		34	2.9	0.8	0.6
		すまし汁								麩	わかめ かつおの素		しょうゆ 塩		18	2.3	0.1	1.0
		お月見デザート								砂糖・ぶどう糖液糖 砂糖 ぶどう糖 水あめ		温州ミカン果汁 レモン果汁	乳酸Ca 増粘多糖類 ビタミンC 酸味料 クエン酸Na 香料 粉末油脂 寒天		29	0.1	0.1	0.0
18	水	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん								米					274	4.9	0.7	0.0
		鰯のお茶揚げ	○		○					小麦粉 揚げ油	鰯 卵	粉茶	塩 こしょう		187	17.3	10.3	0.4
		炒りどり								砂糖 サラダ油	とり肉 ちくわ	こんにゃく 人参 ごぼう いんげん 干椎茸	しょうゆ 酒 みりん 顆粒だし		71	6.9	1.9	0.8
		みそ汁									みそ かつおの素	玉葱 ちんげん菜 もやし			30	2.8	0.4	1.0
19	木	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		黒糖ロールパン	○		△	○				小麦粉 黒蜜糖 ショートニング 砂糖	脱脂粉乳		イースト 塩		291	8.2	4.7	1.0
		マカロニグラタン	○			○				マカロニ 小麦粉 バター サラダ油	牛乳 鶏肉 チーズ 生クリーム	玉葱 しめじ パセリ	コンソメ 塩 白ワイン こしょう		164	8.2	9.4	0.7
		小松菜のマヨネーズ和え								マヨネーズ ごま	鶏肉	小松菜 きゅうり コーン	ボン酢		78	2.9	5.7	0.2
		チキンスープ									鶏肉	玉葱 キャベツ 人参	コンソメ 白ワイン こしょう		37	4.0	1.0	0.8
20	金	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		サフランライス				○				米 麦 バター			塩 サフラン		298	5.2	1.4	0.4
		キーマカレー	○			○				カレールウ	豚肉	玉葱 トマト缶 人参 エリンギ にんにく	ケチャップ コンソメ 赤ワイン しょうゆ カレー粉 クミン ガラムマサラ ターメリック		229	13.0	15.0	2.0
		和風サラダ						△	△	砂糖 サラダ油	ちくわ かつお節	大根 キャベツ 人参	しょうゆ 酢 塩 こしょう		46	2.1	1.3	0.9
24	火	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん								米					274	4.9	0.7	0.0
		揚げ豆腐きのこあんかけ								片栗粉 揚げ油 砂糖 ごま油	豆腐	玉葱 人参 えのき 葉葱 干椎茸	しょうゆ みりん 顆粒だし		229	11.4	13.9	0.8
		もやしとかにかまの酢のもの							○	砂糖 ごま	かにかま	もやし きゅうり 生姜	しょうゆ 酢		35	2.7	0.4	0.6
25	水	みそ汁									油揚げ わかめ みそ かつおの素	小松菜			41	3.5	1.9	1.4
		牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん								米					274	4.9	0.7	0.0
		鶏肉のピザ風焼き				○				サラダ油	鶏肉 チーズ	玉葱 ピーマン マッシュルーム	ピザソース ケチャップ 塩 こしょう		132	14.9	6.5	0.8
		ごぼうサラダ								マヨネーズ ごま	鶏肉 みそ	ごぼう きゅうり 人参	しょうゆ		108	4.2	8.0	0.5
26	木	キャベツとコーンのスープ										キャベツ コーン	コンソメ こしょう		22	0.8	0.5	1.0
		牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		マーガリン入ロールパン	○		△	○				小麦粉 砂糖 マーガリン ショートニング	脱脂粉乳		イースト 塩		358	8.1	12.2	1.0
		白身魚のコーンチーズ焼き				○				マヨネーズ	メルルーサ チーズ 生クリーム	コーン 玉葱 アスパラガス	塩 こしょう		131	13.2	7.1	0.9
		ジャーマンポテト				○				じゃが芋 揚げ油 バター	ベーコン	玉葱 パセリ にんにく	塩 こしょう		91	2.5	4.4	0.5
27	金	もやしのスープ										もやし 人参 ちん げん菜	コンソメ こしょう		12	0.8	0.1	0.9
		牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん								米					274	4.9	0.7	0.0
		なすのはさみ揚げ	○		○	○				揚げ油 片栗粉 パン粉 砂糖	豚肉 卵 牛乳	なす 大根 玉葱	しょうゆ みりん 酒 塩 こしょう		212	8.1	15.3	0.7
おから煮	△		○			△	△	砂糖 サラダ油	おから 角天	こんにゃく 人参 葉葱 干椎茸	しょうゆ 酒 顆粒だし		64	3.4	2.0	0.8		

令和6年度 9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	塩分g
		みそ汁								油揚げ わかめ かつおの素 みそ	もやし		45	4.0	2.2	1.4	
30	月	牛乳				○					牛乳		126	6.8	7.8	0.2	
		ごはん							米				274	4.9	0.7	0.0	
		のり佃煮						△	△	砂糖 水飴 馬鈴薯でんぷん はちみつ	干しひとえぐさ		15	1.4	0.1	0.6	
		野菜とチーズの玉子焼き				○	○			サラダ油	卵 ウィンナー チーズ	玉葱 しめじ 小松菜 人参	コンソメ 塩 こしょう	177	11.3	13.2	1.3
		ひじきサラダ							砂糖 ごま	ひじき	キャベツ 人参 生姜	しょうゆ 酢 みりん 酒 顆粒だし	32	1.0	0.5	0.5	
		みそ汁								油揚げ みそ かつおの素	もやし 葉葱		46	4.1	2.2	1.3	

* 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△の表示をしています。

* 当月に使用するハム、ベーコン、ウィンナー、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。