



令和6年度 5月献立予定表

静岡県立浜松聴覚特別支援学校

日 (曜)	りょうりめい	ねつやちからの もとなる	ち・にく・ほねになる	からだのちょうしを ととのえる	エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)
1 日 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		763 29.2 24.3 2.4
	ごはん	こめ			
	あつやきたまご	(さとう しょうぶつゆ)	(たまご)		
	ちくぜんに	サラダあぶら	とりにく ちくわ	にんじん れんこん ごぼう ほししいたけ こんにゃく グリンピース	
2 日 (火)	じゃがいものみそしる	じゃがいも さとう	みそ あぶらあげ	たまねぎ キャベツ	730 25.4 26.8 2.0
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	ごはん	こめ	☆5がつ5かは たんごのせつく☆		
	ししゃものたつたあげ	(こむぎこ さとう でんぶん) こめあぶら	(ししゃも)		
7 日 (火)	おおかあえ	さとう	かつおぶし	チンゲンサイ キャベツ きゅうり	722 35.6 33.7 2.8
	わかたけじる		とうふ わかめ	たけのこ にんじん	
	こどものひゼリー	(さとう しょうぶつゆ)	(とうにゅう)	(りんご レモンかじゅう)	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
8 日 (水)	かくがたしよくパン	(こむぎこ ショートニング さとう)	(だっしふんにゅう)		686 22.6 18.4 2.3
	くろまめきなこクリーム	(しょうぶつゆし さとう)	(きなこ にゅうせいひん)		
	とりにくのハーブやき	オリーブオイル	とりにく		
	コーンサラダ	オリーブオイル さとう		キャベツ きゅうり にんじん コーン	
9 日 (木)	ミルクスープ	じゃがいも オリーブオイル	ぎゅうにゅう ベーコン	たまねぎ こまつな	771 26.5 26.7 2.2
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	ごはん	こめ		☆5がつ10かは ごぼうのひ☆	
	さんまのみぞれに	(さとう でんぶん)	(さんま)	(だいこん)	
10 日 (金)	きりぼしだいこんのはりはりづけ	ごま ごまあぶら さとう		きりぼしだいこん きゅうり にんじん	723 26.9 22.9 2.6
	さつまいものみそしる		みそ	えのき さつまいも こまつな	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	ごはん	こめ			
13 日 (月)	キャベツメンチカツ	(とんし さとう) こめあぶら	(とりにく ぶたにく)	(キャベツ たまねぎ)	706 31.7 24.6 2.1
	ごもくきんびら	ごま さとう サラダあぶら ラー油	ちくわ さつまあげ	こんにゃく ごぼう にんじん さやいんげん	
	はなふのみそしる	おふ	なまあげ みそ	たまねぎ	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
🍀ようちぶ3さいさん きゅうしよくスタート🍀					
10 日 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		723 26.9 22.9 2.6
	カレーライス	こめ おぎ			
	じゃがいも サラダあぶら パター こむぎこ	ぶたにく チーズ みそ	たまねぎ にんじん りんご しょうが にんにく		
	ごまドレッシングサラダ	さとう ごま ごまあぶら	とりにく	キャベツ ほうれんそう ごぼう コーン	
13 日 (月)	ぶどうゼリー	(さとう)		(ぶどうかじゅう)	746 31.3 38.5 2.7
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	ごはん	こめ			
	とりにくのごまふうみやき	ごま さとう	とりにく		
14 日 (月)	レモンじょうゆあえ	さとう	ハム	チンゲンサイ キャベツ レモンかじゅう	694 26.8 16.1 2.0
	とうふとあぶらあげのみそしる		とうふ あぶらあげ みそ	はねぎ	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	ロールパン	(こむぎこ ショートニング さとう)	(だっしふんにゅう)		
15 日 (水)	とりにくのてりマヨやき	マヨネーズ さとう でんぶん	とりにく		697 32.2 27.7 2.6
	アスパラガスのグリーンサラダ	さとう オリーブオイル		キャベツ きゅうり アスパラガス にんじん	
	チンゲンサイとポテトのスープ	じゃがいも	ウインナー	にんじん チンゲンサイ	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
16 日 (水)	ごはん	こめ			697 32.2 27.7 2.6
	にくじゃが	じゃがいも さとう サラダあぶら	ぶたにく	たまねぎ にんじん こんにゃく さやいんげん	
	キャベツのからしごまあえ	ごま		キャベツ きゅうり にんじん	
	なめこねぎのみそしる		とうふ みそ	なめこ はねぎ	
16 日 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		697 32.2 27.7 2.6
	ソフトめんとりにくとやさいのソース	(こむぎこ)			
	サラダあぶら		ベーコン とりにく	たまねぎ にんじん しめじ えのき チンゲンサイ	
	フレンチサラダ	さとう オリーブオイル	ツナ	キャベツ きゅうり にんじん	
16 日 (水)	ヨーグルト	(さとう)	(にゅうせいひん にゅうたんばく)	(かんでん)	697 32.2 27.7 2.6

17日(木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		718 29.7 20.2 2.6
	ごはん	こめ			
	ぶたにくとキャベツのみそいため	さとう でんぶん サラダあぶら	ぶたにく みそ	にんじん キャベツ たけのこ はねぎ しょうが	
	にんじんとこまつなのごまあえ	ごま さとう		にんじん もやし こまつな	
20日(月)	あおのりだんごじる	(たら でんぶん さとう なたねあぶら)		たまねぎ しめじ こまつな	709 25.6 23.2 2.2
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	☆ふるさときゅうしよくのひ☆ 	
	ごはん	こめ			
	たちうおのフライ	こめあぶら (パンこ こむぎこ)	(たちうお)		
21日(火)	あおなのしらすあえ	さとう	しらす	しめじ こまつな キャベツ	725 33.8 35.7 2.6
	とうふとねぎのみそしる		とうふ わかめ みそ	ねぎかねぎ	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	かくがたしよくパン	(こむぎこ ショートニング さとう)	(だっしふんにゅう)		
22日(水)	とりにくのびざふうやき	サラダあぶら オリーブオイル	とりにく チーズ みそ	たまねぎ ビーマン コーン にんにく	677 35.1 15.0 3.4
	ツナサラダ	マヨネーズ	ツナ	きゅうり キャベツ にんじん	
	いんげんまめのトマトスープ	バター さとう	ベーコン いんげんまめ	たまねぎ セロリー にんじん トマトかん にんにく	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
23日(木)	わかめごはん	こめ	わかめ		746 29.9 23.6 1.9
	あかうおのてりやき	さとう でんぶん	あかうお		
	こんぶあえ		しおこんぶ	キャベツ こまつな にんじん	
	とんじる	サラダあぶら	ぶたにく とうふ みそ	ごぼう だいこん にんじん こんにゃく はねぎ	
24日(金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		718 30.3 23.7 2.1
	ごはん	こめ			
	ぶたにくのしょうがやき	さとう	ぶたにく		
	ゆかりあえ			キャベツ きゅうり しそ	
27日(月)	たけのこのみそしる		みそ	たけのこ たまねぎ チンゲンサイ	719 34.0 21.4 2.3
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	ごはん	こめ			
	にくやさしいため	さとう ごま ごまあぶら	ぶたにく	もやし キャベツ たまねぎ にんにく	
28日(火)	キャベツときゅうりのうめあえ	さとう		キャベツ きゅうり にんじん うめ しょうが	831 30.5 27.5 2.6
	にんじんとこまつなのみそしる		なまあげ みそ	にんじん こまつな	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	リングチップロールパン	(こむぎこ ショートニング さとう)	(だっしふんにゅう)	(リンゴ)	
29日(水)	とりにくとレバーのカレーあえ	でんぶん こめあぶら さとう サラダあぶら	とりレバー とりにく	たまねぎ ビーマン にんにく	743 33.1 22.2 2.6
	マカロニサラダ	マカロニ オリーブオイル マヨネーズ		キャベツ にんじん きゅうり	
	コンソメスープ		ベーコン	にんじん たまねぎ しめじ チンゲンサイ	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	☆5がつ29にちはこんにゃくのひ☆	
30日(木)	ごはん	こめ			790 29.6 28.2 2.7
	あつあげごもくあんあけ	サラダあぶら でんぶん さとう ごまあぶら	なまあげ ぶたにく	ほししいたけ にんじん もやし しょうが グリンピース	
	いそあえ	さとう	のり	もやし きゅうり にんじん	
	すましじる		ちくわ	にんじん たまねぎ	
31日(金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		736 24.1 24.8 2.2
	ごはん	こめ			
	さばのみそに	さとう	さば みそ	しょうが 	
	チンゲンサイのごまサラダ	ごま さとう		にんじん もやし こまつな	
31日(金)	けんちんじる	ごまあぶら	とうふ	だいこん にんじん ごぼう たけのこ	736 24.1 24.8 2.2
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	ハヤシライス	こめ むぎ			
	コールスローサラダ	サラダあぶら さとう こむぎ パター	ぶたにく	にんにく たまねぎ にんじん しめじ	
31日(金)	オレンジ	さとう オリーブオイル		キャベツ きゅうり にんじん コーン	736 24.1 24.8 2.2
				オレンジ	

*加工品の材料は()で表示しています。 *材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。

エネルギー・たんぱく質・脂質・食塩相当量は、中学部の数値です。

幼稚園 小1, 2 × 0.59 小3, 4 × 0.68 小5, 6 × 0.83

主食・主菜・副菜をそろえ、好き嫌いせず食べて、

運動会当日に向けて体調を整えましょう！

＜今月の目標＞ 運動会に向けて好き嫌いせず食べよう！

