2 月献立予定表

令和6年度

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になる	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)
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	☆2がつ3かは　せつぶん☆	
3	ごはん	こめ			717
日	いわしかばやき	でんぷん　こめあぶら　さとう	いわし		26.3
(月)	ゆかりあえ			キャベツ　きゅうり　しそ	24.9
	あつあげとこまつなのみそしる		なまあげ　みそ	こまつな　にんじん	1.7
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
4	こくとうパン	(こむぎこ　ショートニング　さとう こくとう)	(だっしふんにゅう)		702
日	さけフライ	こめあぶら　(パンこ　こむぎこ でんぷん　だいずこ　さとう)	(さけ)		29.5
(火)	やさいソテー	サラダあぶら		キャベツ　にんじん　ぶなしめじ　コーン	27.1
	ポトフ	じゃがいも	とりにく　ウインナー	にんじん　たまねぎ　はくさい	3.5
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
5	ごはん	こめ			
日	あつあげのごもくあんかけ	サラダあぶら　でんぷん　さとう ごまあぶら	なまあげ　ぶたにく	にんじん　もやし　しょうが　グリンピーズ	816
(水)	あおなのしらすあえ	さとう	しらす	ぶなしめじ　こまつな　キャベツ	37.1
	だいこんとねぎのみそしる		とりにく　わかめ　みそ	ねぶかねぎ　だいこん	24.8
	ヨーグルト		ヨーグルト		3.1
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
6	ごはん	こめ			
日	おこのみやきハンバーグ	でんぷん　さとう　マヨネーズ	ぎゅうにく　ぶたにく　ぎゅうにゅう こおりどうふ　あおのり　かつおぶし	たまねぎ　キャベツ	803
(木)	もやしとこまつなのあえもの	さとう	のり	こまつな　もやし　にんじん	35.5
	チンゲンサイととうふのみそしる		とうふ　みそ	チンゲンサイ　にんじん　ぶなしめじ	31.3
					2.3
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
7	ごはん	こめ			
日	あつやきたまご	(さとう　しょくぶつゆ　でんぷん)	(たまご)		789
(金)	そくせきづけ		こんぶ	キャベツ　きゅうり　にんじん	31.4
	とりにくのすきやき	さとう　サラダあぶら	とりにく　とうふ　かまぼこ	にんじん　はくさい　ねぶかねぎ こんにゃく	26.0
					2.4
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
10	むぎごはん	こめ　おおむぎ			
日	マーボーだいこん	でんぷん　ごまあぶら　さとう	ぶたにく　とうふ　みそ	たまねぎ　だいこん　しょうが　ほししいたけ はねぎ	723
(月)	ナムル	ごま　ごまあぶら		もやし　こまつな　にんじん	27.5
	デコポン			デコポン	19.9
					2.6
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
12	ごはん	こめ			
日	ちくわのカレーやき		ちくわ　ヨーグルト	しょうが　にんにく	717
(水)	ごもくにまめ	さとう	だいず　さつまあげ　こんぶ	こんにゃく　ごぼう　にんじん	29.8
	とんじる	サラダあぶら　じゃがいも	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	15.4
					2.9
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
13	ごはん	こめ			
日	さばのしおこうじやき		さば		789
(木)	じゃがいものごまサラダ	じゃがいも　ごま　マヨネーズ		にんじん　さやいんげん	27.6
	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　こまつな	31.8
					1.6
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	☆2がつ14か は バレンタインデー☆	
14	ピラフ	こめ　バター	とりにく	たまねぎ　にんじん　グリンピース	
日	だいずコロッケ	(じゃがいも　さとう　パンこ　こめこ こむぎこ)　こめあぶら	(だいず)	(たまねぎ)	754
(金)	キャロットラペ	サラダあぶら　さとう	ハム	にんじん　たまねぎ　レモンかじゅう	23.5
	チンゲンサイのスープ	でんぷん		にんじん　たまねぎ　チンゲンサイ	26.1
	ガトーショコラ	(さとう　こめこ　しょくぶつゆ)	(とうにゅう)		2.6

	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
17日(月)	わかめごはん	こめ	わかめ		706 37.6 18.1 3.4
	あかうおのてりやき	さとう　でんぷん	あかうお		
	きりぼしだいこんのはりはりづけ	ごま　さとう		きりぼしだいこん　きゅうり　にんじん	
	とりだんごじる	でんぷん	とりにく	しょうが　ねぶかねぎ　チンゲンサイ	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
18日(火)	かくがたしょくパン	(こむぎこ　ショートニング　さとう)	(だっしふんにゅう)		704 28.8 31.7 2.9
	ぶたにくとコーンのあげに	さとう　こめあぶら　でんぷん	ぶたにく	コーン　しょうが	
	ほうれんそうサラダ	ごまあぶら　さとう		ほうれんそう　キャベツ　にんじん	
	ミネストローネ	バター　じゃがいも	ベーコン　チーズ	たまねぎ　セロリー　にんじん　トマトかん	
	くろまめきなこクリーム	(しょくぶつゆし　さとう)	(きなこ　にゅうせいひん)		
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
19日(水)	むぎごはん	こめ　おおむぎ			801 32.0 22.3 3.0
	プルコギ	ごまあぶら　さとう　ごま	ぶたにく　みそ	しょうが　にんにく　ねぶかねぎ　たまねぎ りんご	
	ちゅうかサラダ	さとう　ごまあぶら		もやし　きゅうり　にんじん レモンかじゅう	
	ワンタンスープ	ワンタンのかわ	とりにく	にんじん　たまねぎ　はねぎ　しょうが	
	とうにゅうプリンタルト	(さとう　こめこ　しょくぶつゆ)	(とうにゅう)		
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
20日(木)	ソフトめんミートソース	こむぎこ　サラダあぶら　バター	ぎゅうにく　ぶたにく　チーズ	たまねぎ　にんじん　グリンピース	784 35.4 27.7 2.4
	オムレツ	(さとう　こむぎこ)	(たまご)		
	キャベツサラダ	さとう　サラダあぶら		キャベツ　こまつな　コーン	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	☆ふじっぴーきゅうしょく☆	
21日(金)	ごはん	こめ			761 28.1 23.3 1.6
	かつおフライ	こめあぶら(パンこ　こむぎこ でんぷん)	(かつお)		
	コーンとキャベツのごまあえ	ごま　さとう	あぶらあげ	コーン　キャベツ　きゅうり	
	レタスとポテトのスープ	じゃがいも	ウインナー	にんじん　レタス	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	☆しょうがくぶ 6ねんせい の リクエストこんだて☆	
25日(火)	メロンパン	(こむぎこ　さとう　ショートニング)	(だっしふんにゅう　たまご)		810 32.5 32.6 2.5
	ピーマンのにくずめ		ぶたにく　こおりどうふ ぎゅうにゅう	ピーマン　たまねぎ　しいたけ	
	ポテトサラダ	じゃがいも　マヨネーズ		にんじん　きゅうり	
	アルファベットスープ	マカロニ	とりにく	たまねぎ　にんじん　キャベツ　トマトかん こまつな	
	みかんゼリー	(みずあめ　さとう)		(みかんかじゅう)	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
26日(水)	ごはん	こめ			760 30.4 26.1 2.9
	とりにくのビーンズあえ	こむぎ　かたくりこ　こめあぶら さとう	とりにく　だいず		
	カニカマときゅうりのすのもの	さとう	かまぼこ　わかめ	きゅうり　キャベツ	
	さといもとだいこんのみそしる		みそ	さといも　だいこん　チンゲンサイ	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
27日(木)	ごはん	こめ			750 24.5 25.5 2.0
	ドライカレー	こむぎこ　サラダあぶら	ぶたにく　チーズ	しょうが　にんにく　たまねぎ　にんじん ほしぶどう	
	グリーンサラダ	サラダあぶら　さとう		キャベツ　きゅうり　にんじん　コーン	
	チンゲンサイのスープ	サラダあぶら　でんぷん	ベーコン	にんじん　たまねぎ　チンゲンサイ	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	コーヒーぎゅうにゅうのもと	(さとう)		☆ちゅうがくぶ 3ねんせい の リクエストこんだて☆	
28日(金)	ごはん	こめ			787 27.5 26.6 1.8
	とりのからあげ	でんぷん　こめあぶら	とりにく	しょうが　にんにく	
	こまつなのあえもの	ごま　サラダあぶら　さとう		こまつな　キャベツ　にんじん	
	やさいスープ	サラダあぶら		たまねぎ　にんじん　チンゲンサイ	

＊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。

エネルギーは中学部の数値です。
幼稚部×0.52　小1，2×0．59　小3，4×0．68　小5，6×0．83

ふじっぴー給食とは静岡県産の食材をたくさん使った献立です。富士山の日(２３日前後）に毎年提供されています。今年は２１日に提供予定です