

8・9 月献立予定表

令和7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)
8月 29日 (金)	ぎゅうにゅう ハヤシライス コールスローサラダ かたぬきチーズ	こめ サラダあぶら こむぎこ バター さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく	たまねぎ にんにく にんじん しめじ にんじん キャベツ きゅうり コーン	750 22.0 23.5 2.5
9月 1日 (月)	ぎゅうにゅう ごはん マーボー豆腐 レモンじょうゆのちゅうかサラダ てづくりぶどうゼリー	こめ サラダあぶら でんぶん さとう ごまあぶら ごま さとう ごまあぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん ほししいたけ はねぎ もやし きゅうり にんじん レモンかじゅう ぶどうジュース	716 25.2 18.2 2.2
2日 (火)	ぎゅうにゅう ソフトめん みそソース さつまいもコロッケ キャベツサラダ	(こむぎこ) こむぎこ バター サラダあぶら さとう (さつまいも マッシュポテト さとう パンこ こむぎこ でんぶん) こめあぶら さとう サラダあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく みそ チーズ	たまねぎ にんじん グリーンピース しょうが キャベツ こまつな コーン	774 27.7 28.7 2.9
3日 (水)	ぎゅうにゅう ごはん あつあげのそぼろあんかけ おひたし ぐだくさんじる	こめ でんぶん さとう さといも	ぎゅうにゅう なまあげ とりにく みそ	ねぶかねぎ しょうが チンゲンサイ もやし キャベツ しめじ にんじん こまつな こんにゃく	743 32.3 25.1 1.9
4日 (木)	ぎゅうにゅう ごはん くろはんぺんおちゃフライ こまつなのごまサラダ つきなじる	こめ (でんぶん さとう パンこ こむぎこ) こめあぶら ごま サラダあぶら さとう さといも	ぎゅうにゅう (さば いわし たら) とりにく	☆じゅうごやこんだて☆ (ちゃ) こまつな キャベツ にんじん ほうれんそう だいこん にんじん	709 21.4 19.8 1.9
8日 (月)	ぎゅうにゅう ごはん にくだんごのあまずあんかけ ビーフンソテー さつまじる	こめ さとう でんぶん (パンこ) ビーフン さつまいも	ぎゅうにゅう (とりにく たまご) みそ	(たまねぎ) キャベツ もやし たまねぎ えのきたけ こまつな	751 25.9 18.8 2.6
9日 (火)	ぎゅうにゅう かくがたしよくパン オムレツ ほうれんそうサラダ チンゲンサイのクリームに	(こむぎこ ショートニング さとう) (さとう こむぎこ) ごまあぶら さとう ごま こむぎこ バター サラダあぶら	ぎゅうにゅう (だっしふんにゅう) (たまご) とりにく チーズ ぎゅうにゅう	ほうれんそう キャベツ にんじん にんじん たまねぎ チンゲンサイ しめじ	716 29.4 22.1 2.7
10日 (水)	ぎゅうにゅう ごはん キャベツいりつくね ごもくきんぴらいため けんちんじる	こめ さとう でんぶん ごま	ぎゅうにゅう (とりにく かつおぶし) さつまあげ とりにく とうふ あぶらあげ	(キャベツ しょうが) こんにゃく ごぼう にんじん さやいんげん しめじ にんじん	710 25.7 20.5 3.0
11日 (木)	ぎゅうにゅう ごはん とりそぼろ もやしとこまつなのあえもの すましじる	こめ サラダあぶら さとう さとう	ぎゅうにゅう とりにく たまご のり かまぼこ とうふ	グリンピース しょうが こまつな もやし にんじん にんじん えのきたけ チンゲンサイ	716 30.4 20.3 1.9
12日 (金)	ぎゅうにゅう さつまいもごはん いわしのうめ ごもくにまめ きのことはねぎのみそしる	こめ さつまいも (さとう でんぶん) さとう サラダあぶら ごま	ぎゅうにゅう (いわし) だいず とりにく ちくわ こんぶ あぶらあげ みそ	☆けいろうのひにちなんだこんだて☆ (うめ) ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ しめじ えのき	733 29.8 21.3 2.4

	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
16	ごはん	こめ			702
日	ちぐさやき	ごまあぶら さとう	たまご ぶたにく	ほししいたけ にんじん はねぎ	27.2
(火)	きゅうりのひたひた	ごまあぶら さとう	かつおぶし	きゅうり	19.2
	チンゲンサイとじゃがいものみそしる	じゃがいも	とうふ みそ	チンゲンサイ だいこん	2.0
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
17	ごはん	こめ			720
日	あつあげとぶたにくのみそいため	サラダあぶら さとう でんぶん	ぶたにく なまあげ みそ	しょうが ビーマン にんじん	24.9
(水)	ひじきいりナムル	ごまあぶら さとう	ひじき	もやし きゅうり	16.5
	はるさめスープ	はるさめ	とりにく	にんじん ほししいたけ チンゲンサイ	2.7
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
18	わかめごはん	こめ	わかめ		720
日	やきししゃも		ししゃも		25.2
(木)	ぶたにくとこんにゃくのしょうがいため	サラダあぶら さとう	ぶたにく さつまあげ	こんにゃく たまねぎ にんじん しょうが さやいんげん	15.2
	だいこんとたまねぎのみそしる		みそ	だいこん にんじん たまねぎ こまつな	3.0
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
19	ごはん	こめ			788
日	ちくわのいそべあげ	こむぎこ でんぶん こめあぶら	ちくわ あおのり		28.7
(金)	きりぼしだいこんのいために	さとう	さつまあげ	きりぼしだいこん にんじん ほししいたけ さやいんげん	21.7
	とんじる	じゃがいも	ぶたにく とうふ みそ	にんじん こんにゃく はねぎ	2.8
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
22	ごはん	こめ		☆せかいのりょうり タイ☆	746
日	ガパオライス	ごまあぶら さとう	とりにく	たまねぎ ビーマン	29.7
(月)	ごぼうとえだまめのサラダ	ごま マヨネーズ さとう		ごぼう にんじん えだまめ	25.6
	たまごいりコーンスープ	でんぶん	たまご	にんじん チンゲンサイ コーン	2.7
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
24	ごはん	こめ			753
日	あつやきたまご	(さとう でんぶん しょうぶつゆ)	(たまご)		27.7
(水)	こまつなとしめじのレモンす			こまつな しめじ レモンかじゅう	22.8
	さといものそぼろに	さといも でんぶん サラダあぶら	とりにく なまあげ	だいこん にんじん たまねぎ グリンピース	2.1
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
25	さつまいもカレーライス	こめ おおむぎ サラダあぶら こむぎこ パター さつまいも	とりにく チーズ みそ	たまねぎ しょうが にんにく にんじん りんご	739
日	かいそうサラダ	さとう サラダあぶら	わかめ あかつのまた こんぶ くきわかめ	きゅうり キャベツ コーン	23.2
(木)	なし			なし	19.7
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		2.6
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
26	ごはん	こめ			722
日	かつおフライ	こめあぶら(パンこ こむぎこ でんぶん)	(かつお)		27.0
(金)	かぼちゃサラダ	マヨネーズ		かぼちゃ きゅうり ほしぶどう	20.5
	コンソメスープ		とりにく	にんじん もやし しめじ チンゲンサイ	1.4
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
29	ごはん	こめ			708
月	ぶたどんのぐ	さとう でんぶん	ぶたにく	こんにゃく たまねぎ グリンピース	32.1
(月)	やさしいため	サラダあぶら		もやし キャベツ にんじん	18.5
	のっぺいじる	さといも でんぶん	とりにく なまあげ	にんじん こんにゃく だいこん しょうが	1.8
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
30	ピラフ	こめ パター	とりにく	たまねぎ にんじん グリーンピース	708
日	あげぎょうざ	こめあぶら			32.1
(火)	キャロットラペ	さとう	ハム	にんじん たまねぎ レモンかじゅう	18.5
	チンゲンサイのスープ	でんぶん		チンゲンサイ もやし にんじん	1.8

*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。

幼稚園×0.52 小1, 2×0.59 小3, 4×0.68 小5, 6×0.83