

令和7年度 10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	くるみ	えび					かに	エネルギーkcal	タンパク質g	脂質g	塩分g
1	水	牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		ごはん								米				291	5.2	0.8	0.0	
		鮭のチャンチャン焼き				○				バター 砂糖	鮭 みそ	玉葱 キャベツ もやし ビーマン 人参	みりん 酒 しょうゆ	159	15.1	7.8	1.3	
		切り昆布と大豆の煮つけ								砂糖 サラダ油	ちくわ 大豆 切り昆布	人参	しょうゆ 酒 顆粒だし	67	4.2	2.2	1.1	
		大根汁									豚肉 かつおの素	大根 葉葱 生姜	しょうゆ 酒 塩	46	5.3	1.8	0.8	
2	木	牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		食パン	○		△	○				小麦粉 砂糖 ショートニング	脱脂粉乳		イースト 塩	224	6.8	3.9	0.8	
		ビーナッツクリーム	○				○			水あめ 砂糖 ビーナッツバター ショートニング 小麦粉			乳化剤 香料	61	0.7	2.4	0.0	
		クリームシチュー	○			○				じゃが芋 小麦粉 バター サラダ油	牛乳 とり肉 生クリーム	玉葱 ブロッコリー 人参	コンソメ 白ワイン 塩 こしょう	281	7.9	12.9	1.3	
		わかめとツナのサラダ								マヨネーズ	鯖フレーク 生わかめ	キャベツ 人参	しょうゆ	87	3.0	7.2	0.6	
3	金	牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		ごはん								米				291	5.2	0.8	0.0	
		えびチリソース	○					○		砂糖 サラダ油 揚げ油	えびフリッター (卵不使用)	玉葱 人参 トマトピューレ にんにく 生姜	チリソースケチャップ しょうゆ 酒 豆板醤	184	4.9	11.2	1.2	
		きゅうりとかにかまの中華あえ							○	砂糖 ごま ごま油	かにかま	もやし きゅうり	しょうゆ 酢 塩	38	2.7	1.2	0.6	
		豚肉ともやしの中華スープ								ごま油	豚肉	もやし ちんげん菜 きくらげ	しょうゆ 中華だし 酒 塩	36	3.4	1.7	1.1	
6	月	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	298	5.1	1.2	1.0	
		鯖の塩焼き									鯖			塩	169	16.5	13.4	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	
		みそ汁	○							麩	かつおの素 みそ	キャベツ		38	3.5	0.8	1.4	
		お月見ゼリー								砂糖・ぶどう糖果糖液糖 砂糖 ぶどう糖 水あめ 寒天		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 乳化剤 ゲル化剤	29	0.1	0.1	0.0	
7	火	牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		ごはん								米				291	5.2	0.8	0.0	
		パステウ(ブラジル風春巻)	○			○				春巻の皮 揚げ油	チーズ ベーコン	キャベツ	ピザソース オレガノ 塩	191	6.0	10.0	0.6	
		切干大根の煮物				○				砂糖 サラダ油	角天 油揚げ	切干大根 人参 いんげん 干椎茸	しょうゆ みりん 酒 顆粒だし	78	3.5	2.7	0.7	
		シニガナスープ								じゃが芋 サラダ油	豚肉	玉葱 人参 ちんげん菜 トマトピューレ にんにく レモン果汁	コンソメ	56	3.2	1.9	0.9	
梨												梨	13	0.1	0.0	0.0		
8	水	牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		ごはん								米				291	5.2	0.8	0.0	
		とり肉のカレー焼き								砂糖 ごま油	とり肉		酒 しょうゆ 塩 カレー粉 こしょう	161	12.5	11.9	0.8	
		ビーフソテー								ビーフン サラダ油 ごま油	豚肉	キャベツ 玉葱 人参 菊水煮 ビーマン 干椎茸	しょうゆ 酒 赤ワイン 中華だし 塩 こしょう	88	4.8	3.1	0.6	
		豆腐とちんげん菜のスープ								片栗粉	豆腐	ちんげん菜 人参	コンソメ こしょう	25	1.5	0.9	0.9	
9	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	175	7.8	10.7	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	ホン酢	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	51	3.6	2.7	0.8			
10	金	牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		ごはん								米				291	5.2	0.8	0.0	
		赤パプリカの肉づめ	○		○	○				生パン粉 砂糖	牛肉 豚肉 卵 牛乳	赤パプリカ 玉葱	ケチャップ 中濃ソース 酒 塩 こしょう ナツメグ	186	11.0	11.2	0.5	
		ひよこ豆のサラダ								マヨネーズ ごま	ひよこ豆 鯖フレーク	きゅうり コーン缶 人参	しょうゆ 塩 こしょう	110	4.7	6.3	0.4	
		きのこのスープ								サラダ油	ハム	しめじ えのき エリンギ にんにく パセリ	コンソメ こしょう	23	2.1	0.6	0.9	

令和7年度 10月詳細献立表

静岡県立浜北特別支援学校
栄養価

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	くるみ	えび	かに					エネルギーkcal	タンパク質g	脂質g	塩分g	
27	月	牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		わかめごはん										米	わかめ		塩	291	5.4	0.8	1.0
		鶏肉のから揚げ										片栗粉 揚げ油	鶏肉	生姜 にんにく	しょうゆ 酒 塩	239	12.6	17.7	0.5
		きゅうりとハムの中華あえ										砂糖 ごま油 ごま	ハム	もやし きゅうり	しょうゆ 塩 酢	34	3.2	0.9	0.6
		豚汁										じゃが芋	豚肉 みそ かつおの素	大根 こんにゃく 人参 ごぼう 葉葱	酒	57	4.8	1.4	1.0
		カスタードプリン				○	○					砂糖混合ぶどう糖果糖液糖 加糖練乳 カラメルソース	ホイップクリーム 卵 脱脂粉乳		香料 カロチノイド 増粘多糖類	77	1.5	2.3	0.1
28	火	牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん									米				291	5.2	0.8	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	しめじ もやし		30	3.2	0.6	1.3	
29	水	牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん									米				291	5.2	0.8	0.0	
		鯖のみそ煮									砂糖	さば みそ	生姜	酒 みりん	174	13.5	10.6	1.3	
		じゃがいもの煮つけ									じゃが芋 サラダ油 砂糖	ちくわ	玉葱 人参	しょうゆ みりん 酒 顆粒だし	100	3.2	1.1	0.8	
		ひじきと白菜の汁										かつおの素 ひじき	白菜 しめじ 生姜	しょうゆ 酒 塩	14	1.5	0.0	0.7	
30	木	牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		レーズンロールパン	○		△	○					小麦粉 ショートニング 砂糖	脱脂粉乳	レーズン	イースト 塩	321	8.3	4.7	0.9	
		かぼちゃのグラタン	○			○					小麦粉 バター サラダ油	牛乳 とり肉 チーズ 生クリーム	かぼちゃ 玉葱	塩 コンソメ こしょう	178	8.8	9.1	0.7	
		ちんげん菜とベーコンのサラダ				○					マヨネーズ	ベーコン 粉チーズ	ちんげん菜 キャベツ にんにく	こしょう	80	2.1	7.1	0.4	
		大根とコーンのスープ											大根 コーン缶	コンソメ こしょう	23	0.7	0.4	1.0	
		パンブキンパフ									うるち米 砂糖 でんぷん		かぼちゃパウダー	発酵調味液	20	0.3	0.0	0.0	
31	金	牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん									米				291	5.2	0.8	0.0	
		チキン団子みそだれ	○		○						生パン粉 砂糖 ごま ごま油	とり肉 卵 みそ	玉葱 白葱 しそ葉 干椎茸 生姜	みりん 酒 塩	195	13.6	10.2	1.1	
		大豆とひじきの煮もの									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	87	6.8	3.3	0.6	
		すまし汁										かつおの素	人参 水菜 しめじ	しょうゆ 塩	16	1.9	0.1	0.8	

* 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（8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、ウインナー、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。