



令和7年度 11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			
17	月	牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2		
		ごはん										米				291	5.2	0.8	0.0		
		白身魚のホイル焼き										マヨネーズ 砂糖	ホキ みそ	玉葱 しめじ コーン	酒 みりん 塩 こしょう	107	11.4	4.4	1.0		
		肉じゃが										じゃが芋 サラダ油 砂糖	豚肉	玉葱 人参 しろたき いんげん	みりん しょうゆ 酒 顆粒だし	112	5.1	2.6	0.7		
		みそ汁											油揚げ みそ かつおの素	ろんげん菜		44	3.5	2.3	1.2		
18	火	牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2		
		ごはん										米				291	5.2	0.8	0.0		
		ごぼうとひき肉の玉子焼き				○						砂糖 サラダ油	卵 とり肉	玉葱 ごぼう 小松菜 人参	しょうゆ 酒 塩	167	12.6	9.6	1.2		
		おからサラダ										マヨネーズ	おから 豆乳	きゅうり コーン 玉葱	酢 塩 黒こしょう	92	2.0	7.4	0.3		
		すまし汁											かつおの素	しめじ 人参 葉葱	しょうゆ 塩	16	1.8	0.1	0.8		
19	水	牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2		
		ごはん										米				291	5.2	0.8	0.0		
		とり肉のわさびてり焼き										砂糖	とり肉		しょうゆ 酒 みりん わさび	163	12.9	10.9	0.9		
		大根のそぼろ煮										砂糖 片栗粉	とり肉	大根 人参 いんげん 生姜	しょうゆ みりん 酒 顆粒だし	68	4.1	2.3	0.6		
		みそ汁											厚揚げ みそ かつおの素 あおさ			64	5.6	3.8	1.0		
20	木	牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2		
		玉子とじうどん	○	△	△							小麦粉			塩						
						○						片栗粉 砂糖	卵 鶏肉 かまぼこ 煮干しだし	白菜 人参 葉葱 干椎茸	しょうゆ みりん 酒 塩	356	17.8	4.0	2.5		
		肉巻きごぼう										砂糖	豚肉	ごぼう 生姜	しょうゆ 酒	111	10.0	4.6	0.7		
21	金	牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2		
		ごはん										米				291	5.2	0.8	0.0		
		ねぎたっぶりつくね揚げ										砂糖 片栗粉 揚げ油	鶏肉 豆腐 ひじき 卵	葉葱 白葱 生姜	酒 塩 しょうゆ こしょう	153	8.6	11.9	0.5		
		柿の白和え										砂糖 ごま	豆腐	柿 ほうれん草 こんにゃく	しょうゆ 塩 顆粒だし	49	2.3	1.6	0.4		
24	月	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		
		振替休日(23日: 勤労感謝の日)																			
		25	火	牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2
				ごはん										米				291	5.2	0.8	0.0
				おからバーグ				○	○	○				砂糖 パン粉	牛肉 豚肉 おから 卵 牛乳 みそ	大根 玉葱 蓮根	しょうゆ みりん 酒 塩 しょうゆ ナツメグ	193	11.9	11.0	1.1
おかかあえ													削り節	キャベツ もやし きゅうり	しょうゆ	16	2.0	0.0	0.4		
26	水	ごぼう汁										油揚げ かつおの素	ごぼう 人参 小松菜 生姜	しょうゆ 塩 七味唐辛子	45	3.2	2.1	1.0			
		牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2		
		ごはん										米				291	5.2	0.8	0.0		
		ホッケの柚庵焼き				○						砂糖 ぶどう糖果糖液糖	ホッケ かつお節粉末	柚子	塩 しょうゆ 魚醤 みりん 酵母エキス 昆布エキス かつお節だし 米発酵調味料 小麦発酵調味料	54	8.4	2.1	0.5		
		厚揚げのサラダ										サラダ油 砂糖 ごま	厚揚げ	キャベツ きゅうり 人参 コーン	しょうゆ 酢	88	4.1	6.1	0.6		
27	木	みそ汁										じゃが芋	みそ かつおの素	小松菜		43	3.0	0.5	1.3		
		牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2		
		りんごロールパン	○			△	○					小麦粉 砂糖 ショートニング グラニュー糖	脱脂粉乳	りんご	イースト 塩	305	8.0	4.7	1.0		
		きのことパンネのグラタン	○			○						パンネ 小麦粉 バター サラダ油	牛乳 チーズ ウイナー 生クリーム	玉葱 しめじ えのき マッシュルーム	コンソメ 塩 白ワイン しょうゆ	164	6.0	9.5	0.9		
		ひじきのカラフルサラダ										マヨネーズ ごま	チキンフレーク ひじき	きゅうり コーン 人参	しょうゆ 酢	86	2.8	6.6	0.6		
28	金	キャベツとハムのスープ											ハム	キャベツ パセリ	コンソメ しょうゆ	13	1.4	0.2	0.9		
		牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2		
		ごはん										米				291	5.2	0.8	0.0		
		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		
		和風スパゲティー	○			○						スパゲティー バター	ベーコン	玉葱 ビーマン しめじ にんにく	しょうゆ 白ワイン 顆粒だし しょうゆ	101	4.1	2.9	0.6		
		みそ汁											みそ かつおの素	大根 もやし 小松 菜		26	2.8	0.4	1.0		
みかん												みかん		39	0.6	0.1	0.0				

\* 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。