

令和7年度 2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		
2	月	牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2	
		ごはん										米				291	5.2	0.8	0.0	
		豆腐のねぎソースがけ										砂糖 ごま油	豆腐	白葱 生姜 にんにく	しょうゆ 豆板醤	135	11.0	8.3	0.9	
		ごぼうと豚肉のポン酢炒め				○						バター	豚肉	ごぼう しめじ 人参 いんげん	しょうゆ ポン酢 酒 塩 こしょう	69	5.4	3.0	0.7	
3	火	いかだんご汁										いかボール かつおの素	白菜 椎茸 葉葱	しょうゆ 塩 酒	31	4.0	0.2	0.7		
		牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2	
		ごはん										米				291	5.2	0.8	0.0	
		いわしのかば焼き										揚げ油 片栗粉 砂糖	いわし	生姜	しょうゆ 酒 みりん 塩 こしょう	197	12.6	10.8	1.0	
4	水	もやしのにのり和え										砂糖	のり	もやし きゅうり	しょうゆ 塩	16	1.5	0.0	0.4	
		すまし汁											かつおの素	人参 小松菜 しめじ	しょうゆ 塩	15	1.9	0.1	0.8	
		福豆(きなこボーロ)				○	○					片栗粉 水あめ 砂糖 加工でん粉	きな粉 卵 脱脂粉乳			19	0.3	0.4	0.0	
		牛乳				○							牛乳				126	6.8	7.8	0.2
5	木	ごはん										米				291	5.2	0.8	0.0	
		牛丼具										砂糖 サラダ油	牛肉	玉葱 系こん 白葱 生姜 にんにく	白ワイン しょうゆ コンソメ	473	10.6	10.8	1.7	
		れんこんサラダ										マヨネーズ ごま	鯖フレーク	れんこん きゅうり 玉葱	しょうゆ	95	2.7	6.8	0.4	
		すまし汁	○									麩	かつおの素	ほうれん草 人参	しょうゆ 塩	20	2.4	0.2	0.9	
6	金	牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2	
		ナン	○		△	○						小麦粉 砂糖 ショートニング	脱脂粉乳		イースト 塩	302	8.9	4.8	0.8	
		チキンカレー	○			○						カレールウ サラダ油	とり肉 ヨーグルト チーズ	玉葱 人参	がらスープ 白ワイン カレー粉 塩 ターメリック クミン こしょう ガラムマサラ	256	12.9	16.8	2.0	
		花野菜サラダ				○						マヨネーズ	ヨーグルト	ブロッコリー カリフラワー コーン	ケチャップ	85	2.7	6.4	0.2	
9	月	はっさく												はっさく		16	0.3	0.0	0.0	
		牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2	
		ごはん										米				291	5.2	0.8	0.0	
		かに玉あんかけ				○						砂糖 サラダ油 片栗粉 ごま油	卵 かにかま	筍水煎 白葱 なら きくらげ 生姜	しょうゆ 酢 酒 塩 こしょう	146	11.1	8.1	1.3	
10	火	もやしと小松菜のナムル										ごま油 砂糖 ごま ラー油		もやし 小松菜 人参 にんにく	酢 しょうゆ 塩	33	1.3	1.7	0.6	
		豚肉と玉葱のスープ										春雨	豚肉	玉葱 人参 葉葱 生姜	酒 しょうゆ 中華だし こしょう	45	3.9	1.5	1.1	
		牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2	
		ごはん										米				291	5.2	0.8	0.0	
11	水	チキン南蛮	○									揚げ油 マヨネーズ 砂糖 小麦粉 片栗粉	とり肉	玉葱 きゅうり 白葱	酢 しょうゆ 白ワイン ガーリックパウダー 塩 こしょう	254	16.9	16.0	1.3	
		エスニックビーフンソテー										ビーフン サラダ油	ベーコン	キャベツ 玉葱 ビーマン	スイートチリソース コンソメ カレー粉	79	2.9	2.7	0.7	
		白菜とコーンのスープ												白菜 えのき コーン	コンソメ こしょう	18	0.6	0.3	0.9	
		牛乳				○						米 麦 サラダ油	豚肉 卵	玉葱 人参 ビーマン	しょうゆ コンソメ 塩 カレー粉 ターメリック ガラムマサラ こしょう	126	6.8	7.8	0.2	
12	木	カレー炒飯	○			○						マヨネーズ パン粉	とり肉 粉チーズ		塩 こしょう	317	8.9	4.1	1.6	
		とり肉のパン粉焼き	○			○										186	21.1	9.7	0.5	
		もやしとちんげん菜のスープ												もやし ちんげん菜 しめじ		0	11	0.9	0.1	0.9
		スティックチーズ				○							チーズ			33	1.9	2.8	0.3	
13	金	建国記念の日																		
		牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2	
		ロールパン	○		△	○							小麦粉 砂糖 ショートニング	脱脂粉乳		イースト 塩	263	8.0	4.6	0.9
		ツナサンド具											マヨネーズ	ツナフレーク	玉葱 パセリ		85	3.0	7.6	0.3
13	金	フルーツクリームサンド具				○						ホイップクリーム	クリームチーズ	パイン みかん いちご		48	1.0	3.7	0.1	
		カリフラワーのシチュー	○			○						小麦粉 バター サラダ油	牛乳 鶏肉 生クリーム	玉葱 カリフラワー 人参 ちんげん菜	コンソメ 白ワイン 塩 こしょう	173	6.5	11.3	1.2	
		すりおろしりんごゼリー										砂糖 ぶどう糖		りんご りんご果汁	増粘多糖類 酸味料 ビタミンC 香料	24	0.0	0.0	0.0	
		牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2	
13	金	ごはん										米				291	5.2	0.8	0.0	
		かぼちゃとチーズの玉子焼き				○	○					バター サラダ油	卵 チーズ 豚肉	かぼちゃ 玉葱 人参	コンソメ 塩 こしょう	181	12.4	11.6	1.0	
		キャベツとツナのあえもの										砂糖	鯖フレーク	キャベツ きゅうり 人参 生姜	しょうゆ 酢	37	2.4	1.1	0.5	
		みそ汁											みそ かつおの素	白菜 なめこ		28	2.6	0.4	1.2	

令和7年度 2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	
16	月	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		ごはん										米			291	5.2	0.8	0.0	
		鯖の南部焼き										こま	鯖	生姜	しょうゆ 酒	156	14.8	12.1	0.7
		切干大根の白和え										砂糖 こま サラダ油	豆腐 みそ	わけぎ 人参 切干大根	しょうゆ みりん 酒 顆粒だし	63	2.7	1.8	0.4
		すまし汁											なると巻 かつおの素	えのき 小松菜	しょうゆ 塩	20	2.6	0.1	1.1
17	火	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		ごはん										米			291	5.2	0.8	0.0	
		きんぴらバーグ	○		○	○						生パン粉 砂糖 片栗粉	牛肉 豚肉 卵 牛 乳	人参 こぼろ	しょうゆ みりん 酒 塩 こしょう ナツメグ	196	11.9	12.1	0.7
		ほうれん草のごまあえ										砂糖 こま		ほうれん草 もやし コーン	しょうゆ	41	2.3	1.5	0.4
		みそ汁											みそ 油揚 かつおの素 わかめ	白葱		43	3.5	2.0	1.3
18	水	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		ソフトめん	○									小麦粉			塩				
		カレーソース	○			○						カレールウ	牛肉 豚肉 チーズ	玉葱 人参 生姜 にんにく りんご	がらスープ ウスターソース ケチャップ 赤ワイン コンソメ カレー粉 こしょう	501	17.9	14.9	2.3
		白菜のサラダ										マヨネーズ こま	チキンフレーク みそ	白菜 きゅうり 人参		69	2.0	5.4	0.4
		デコボン												デコボン		28	0.4	0.1	0.0
19	木	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		マーガリン入うずまきパン	○		△	○						小麦粉 砂糖 マーガリン ショートニング	脱脂粉乳		イースト 塩	358	8.1	12.2	1.0
		ビーフシチュー	○			○						じゃが芋 小麦粉 バター サラダ油	牛すね肉	玉葱 人参 トマトピューレ にんにく	赤ワイン コンソメ ウスターソース 塩 こしょう ローリエ	153	6.3	6.5	0.9
		グリーンサラダ										オリーブオイル 砂糖		キャベツ きゅうり コーン	酢 塩 こしょう	52	0.9	3.3	0.3
20	金	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		ごはん										米			291	5.2	0.8	0.0	
		黒はんぺんお茶フライ	○									でんぷん 砂糖 パン粉 小麦粉 コーンフラワー 揚げ油	鯖 いわし たら 魚介エキス 植物性たん白	せん茶	塩 みりん 中濃ソース	188	7.0	10.5	1.2
		静岡野菜のおかか和え											かつお節	ちんげん菜 もやし にんじん	しょうゆ	15	2.0	0.0	0.4
		かきたま汁				○						片栗粉	なると 卵 かつおの素	小松菜	しょうゆ 塩	42	4.2	1.6	1.2
		みかんゼリー										砂糖 粉あめ		みかん果汁	ゲル化剤 酸味料 ビタミンC	23	0.0	0.0	0.1
23	月	天皇誕生日 振替休日																	
24	火	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		ごはん										米			291	5.2	0.8	0.0	
		鶏肉と大豆の揚げ煮	○									揚げ油 砂糖 小麦粉 片栗粉 サラダ油	鶏肉 大豆	ピーマン	しょうゆ みりん 塩 こしょう	217	11.3	14.4	1.1
		厚揚げとキャベツのごま酢和え										砂糖 こま	厚揚げ	キャベツ きゅうり 生姜	しょうゆ 米酢	66	3.5	3.2	0.5
		みそ汁											みそ かつおの素	もやし しめじ にら		30	3.2	0.6	1.3
25	水	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		ごはん										米			291	5.2	0.8	0.0	
		鯖のてり焼き										砂糖 片栗粉	鯖	生姜	しょうゆ みりん 酒	178	16.7	7.8	1.5
		切り昆布の煮つけ										砂糖 サラダ油	ちくわ 糸昆布 油揚げ	人参 干椎茸	しょうゆ みりん 酒 顆粒だし	67	3.5	2.5	1.2
		すまし汁											豆腐 かつおの素	えのき 葉葱	しょうゆ 塩	33	2.8	0.9	0.8
26	木	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2	
		ロールパン	○		△	○						小麦粉 砂糖 ショートニング	脱脂粉乳		イースト 塩	263	8.0	4.6	0.9
		鶏肉のオレンジソースがけ										砂糖 片栗粉	鶏肉	オレンジジュース 生姜	しょうゆ 白ワイン	188	15.2	12.8	0.6
		玉ねぎのマヨネーズ炒め										マヨネーズ オリーブ油	ハム	玉葱 ちんげん菜 人参	コンソメ 塩 こしょう	131	3.9	10.0	0.7
		野菜スープ										じゃが芋	ベーコン	えのき 水菜	コンソメ こしょう	53	2.6	2.0	1.1
		ぼんかん												ぼんかん		34	0.7	0.1	0.0
		牛乳				○							牛乳			126	6.8	7.8	0.2
27	金	ごはん										米			291	5.2	0.8	0.0	
		ピリ辛豆腐ステーキ										砂糖	焼き豆腐 豚肉 みそ	玉葱 しめじ 葉葱 にんにく	しょうゆ 豆板醤 酒 こしょう	170	14.4	10.7	0.6
		白菜の生姜酢あえ										砂糖 サラダ油		白菜 もやし 人参 生姜	酢 塩	29	0.9	0.8	0.3
		赤だし											油揚げ 青さ みそ かつおの素	なめこ		55	4.8	3.4	1.3

* 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、さつま揚げには、「乳、卵」は使用されていません。