

令和7年度 3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
		鯖のムニエル西京みそソース	○			○					小麦粉 バター	鯖 西京みそ	レモン果汁	みりん 白ワイン 塩 こしょう	178	17.0	10.4	1.3
		ひじきの煮もの									サラダ油 ごま油 砂糖	ひじき 油揚げ	こんにゃく 人参 さやいんげん	しょうゆ みりん 酒 顆粒だし	55	2.0	2.4	0.8
		みそ汁									じゃが芋	みそ かつおの素	玉葱 小松菜		48	3.2	0.6	1.2
3	火	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ちらし寿司				○				○	米 砂糖	えび 錦糸卵 油揚げ	人参 れんこん 絹さや かんぴょう 干椎茸	酢 しょうゆ 塩 酒 顆粒だし	376	13.6	3.9	2.3
		鶏肉の梅生姜焼き									砂糖	鶏肉	梅肉 生姜	しょうゆ 酒 みりん	188	15.4	12.8	1.3
		すまし汁										かつおの素	玉葱 えのき 三つ葉	しょうゆ 塩	15	1.5	0.0	0.8
		ひなあられ									うるち米 砂糖 でんぷん	昆布 青のり	トマトパウダー ほうれん草パウダー パプリカパウダー	塩 発酵調味液	19	0.5	0.1	0.1
4	水	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		赤飯									米 もち米 黒ごま	小豆		酒 塩	283	6.0	1.2	0.9
		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
		小松菜と大根のサラダ									マヨネーズ ごま油 ごま	帆立ほぐし身 みそ	小松菜 大根 人参		59	1.6	4.2	0.4
		すまし汁	○								麩	かつおの素	ほうれん草	しょうゆ 塩	17	2.3	0.1	0.7
5	木	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		バーガーパン	○		△	○					小麦粉 砂糖 ショートニング	脱脂粉乳		イースト 塩				
		ハンバーガー具	○		○	○					パン粉 砂糖	牛肉 豚肉 卵 牛乳	キャベツ 玉葱	ケチャップ 赤ワイン ウスターソース コンソメ 塩 ナツメグ こしょう	437	18.3	15.1	1.5
		クリームシチュー	○			○					じゃが芋 小麦粉 バター サラダ油	牛乳 鶏肉 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	202	6.9	11.5	1.0
		いちごのお祝いデザート									砂糖 果糖ぶどう糖液糖 ぶどう糖 水あめ	豆乳加工食品	いちごピューレー いちご果汁	増粘多糖類 酸味料 乳酸Ca ビタミンC 紅麴色素 乳化剤 香料 pH調整剤 セルロース ピロリン酸第二鉄	35	0.1	0.7	0.0
6	金	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん									米				291	5.2	0.8	0.0
		豚肉のマスタード焼き									マヨネーズ	豚肉		酒 粒マスタード 塩 からし粉 こしょう	221	12.9	18.6	0.5
		キャベツとツナのごまあえ									砂糖 ごま	鯖フレーク	キャベツ もやし 人参	しょうゆ 塩	49	3.3	2.3	0.6
		みそ汁									さつま芋	みそ かつおの素	ちんげん菜		62	2.8	0.6	1.3
9	月	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん									米				291	5.2	0.8	0.0
		えび芋コロッケ	○								えび芋 砂糖 マッシュポテト パン粉 小麦粉 でんぷん 植物性油脂 揚げ油	鶏肉 植物性たん白	玉葱	しょうゆ 塩 こしょう	181	6.5	10.1	0.8
		炒り豆腐				○					砂糖 サラダ油	豆腐 鶏肉 卵	人参 筍水煮 葉葱 干椎茸	しょうゆ 酒 みりん 顆粒だし	106	8.0	5.7	1.0
		みそ汁										みそ 油揚げ かつおの素	しめじ 小松菜		44	3.8	2.3	1.2
10	火	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		麦ごはん									米 麦							
		ミートボールカレー	○			○					じゃが芋 カレールウ サラダ油	ミートボール 豚肉 チーズ	玉葱 人参 トマト缶 にんにく	ガラスープ ウスターソース 赤ワイン カレー粉 ターメリック ガラムマサラ クミン こしょう	534	14.1	12.1	1.8
		カリフラワーのサラダ				○					マヨネーズ	ヨーグルト	カリフラワー きゅうり 人参	ケチャップ	60	1.2	4.7	0.2
		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
11	水	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん									米				291	5.2	0.8	0.0
		揚げだし豆腐	○								でんぷん 揚げ油 砂糖	豆腐 大豆粉 粉末状小麦たん白 かつおの素	葉葱	しょうゆ みりん 酒	142	4.3	10.6	0.4
		キャベツと小松菜のこんぶあえ										ちくわ 塩こんぶ	キャベツ 小松菜		26	2.3	0.3	0.7
		いものこ汁									里芋	かつおの素	大根 こんにゃく 人参 ごぼう 葉葱	しょうゆ 塩 七味唐辛子	26	1.6	0.0	0.8

令和7年度 3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
12	木	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		緑茶入りうずまきパン	○		△	○					小麦粉 砂糖 ショートニング	脱脂粉乳	煎茶	イースト 塩	263	8.2	4.6	0.9
		じゃがいもとベーコンの玉子焼き			○	○					じゃが芋 バター サラダ油	卵 ベーコン チーズ	玉葱	ケチャップ コンソメ 塩 こしょう	196	12.7	12.7	1.2
		鶏肉と大根のサラダ									マヨネーズ ごま	チキンフレーク	大根 きゅうり 人参 ミントマト	塩 こしょう	107	3.4	8.4	0.3
		もやしと水菜のスープ										豚肉	もやし 水菜	酒 コンソメ こしょう	29	2.9	1.1	0.9
13	金	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		ごはん									米				291	5.2	0.8	0.0
		鶏肉のハーブ焼き									オリーブオイル	鶏肉		白ワイン ハーブソルト パジル粉	179	15.0	13.4	0.2
		絹さやと人参のサラダ			○						マヨネーズ	卵	人参 絹さや	酢 塩 こしょう	74	1.9	5.7	0.5
		大根スープ										鶏肉	大根 葉葱 生姜	しょうゆ コンソメ がらスープ 酒 塩	38	2.9	1.9	1.0
16	月	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		ごはん									米				291	5.2	0.8	0.0
		鶏肉と白葱の柚子こしょう焼き										鶏肉	白葱	酒 昆布茶 ゆずこしょう 塩 こしょう	186	15.2	12.8	1.1
		さつまいもの白和え									さつまいも すりごま 砂糖	豆腐	ほうれん草	しょうゆ 塩	76	2.6	1.8	0.2
		みそ汁										みそ わかめ かつおの素	しめじ もやし		29	3.1	0.6	1.3
17	火	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		レタス炒飯			○						米 サラダ油 ごま ごま油	卵 ウインナー	レタス 人参 干椎茸	しょうゆ 中華だし 塩 こしょう	323	8.7	7.9	2.1
		野菜春巻	○								春巻の皮 揚げ油 小麦粉	ちくわ	筍 白葱 人参 干椎茸	オイスターソース	167	5.1	6.6	0.6
		小松菜とコーンのスープ											小松菜 コーン	コンソメ こしょう	15	0.5	0.2	1.0
		りんごヨーグルト				○					砂糖 果糖 寒天 イソマルトオリゴ糖 シロップ	乳製品 乳たん白	りんごソース りんご濃縮果汁		58	2.2	0.6	0.1

\* 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、さつまいもには、「乳、卵」は使用されていません。