

令和8年度 5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	食塩相当量 g
1	金	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		だけのごはん									米 砂糖	油揚げ	菊水煮 人参	しょうゆ 酒 塩 みりん	267	6.0	2.3	1.1
		鶏肉の風味焼き									こま 砂糖	鶏肉	人参 葉葱	しょうゆ 赤ワイン みりん	169	13.4	11.5	1.1
		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	77	3.5	2.7	0.7
		すまし汁									麩	わかめ かつおだし		しょうゆ 塩	18	2.3	0.1	1.0
		こどもの日デザート									砂糖・ぶどう糖果糖液糖 水あめ	豆乳加工食品	りんご果汁 レモン果汁	乳酸Ca 炭酸Ca 増粘多糖類 酸味料 ビタミンC 香料 クエン酸鉄Na クチナン色素 カロチノイド色素 ビロリン酸第二鉄	38	0.0	0.3	0.0
4	月	みどりの日																
5	火	こどもの日																
6	水	振替休日																
7	木	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		緑茶入りロールパン	○		△	○					小麦粉 マーガリン 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
		スクランブルエッグ			○	○					じゃが芋 サラダ油 バター 砂糖	卵 豚肉 生クリーム	玉葱 グリンピース	ケチャップ コンソメ 塩	157	7.6	10.5	0.7
		大豆のサラダ									マヨネーズ	大豆 ハム	きゅうり セロリー	塩 こしょう	92	5.4	6.8	0.5
		レタスのスープ										ハム	玉葱 レタス	コンソメ こしょう	23	2.4	0.3	1.0
8	金	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		チキンピラフ				○					米 麦 バター サラダ油	鶏肉	玉葱 人参 パセリ	コンソメ 白ワイン 塩 こしょう	322	7.1	3.4	1.0
		ツナ入り豆腐ボール				○					揚げ油 マヨネーズ 片栗粉	おから 豆腐 ツナ 卵	葉葱 生姜	コンソメ しょうゆ	158	7.3	11.8	0.6
11	月	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん									米				291	5.2	0.8	0.0
		豚肉のピカタ	○		○	○					小麦粉	豚肉 卵 粉チーズ		塩 こしょう	216	16.8	15.5	0.6
		マカロニサラダ	○								マヨネーズ マカロニ オリーブオイル	ツナ	きゅうり 人参 コーン	こしょう	111	3.6	6.8	0.3
		ちんげん菜のスープ									片栗粉		玉葱 ちんげん菜 人参	コンソメ 塩 こしょう	19	0.4	0.1	0.9
12	火	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん									米				291	5.2	0.8	0.0
		豆腐としらすの揚げ物	○		○				○	△	小麦粉 揚げ油	豆腐 えびすりみ ハム 卵 しらす 青のり粉	コーン	酒	160	12.4	10.0	0.7
		カレービーフン									ビーフン 砂糖 サラダ油	豚肉	キャベツ 玉葱 人参 菊水煮 ビーマン 干椎茸 にんにく 生姜	オイスターソース しょうゆ 酒 カレー粉	78	4.5	2.0	0.5
13	水	すまし汁	○								麩	かつおだし	小松菜	しょうゆ 塩	19	2.3	0.1	0.9
		牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん									米				291	5.2	0.8	0.0
		鯖のごまだれ焼き									こま 砂糖	さば		しょうゆ 酒 みりん	189	17.1	13.9	1.0
		人参のきんぴら									砂糖 サラダ油 こま		人参 こんにゃく ビーマン 干椎茸	しょうゆ 酒 みりん 顆粒だし	43	1.1	1.0	0.6
14	木	すまし汁										豆腐 かつおだし	えのき 水菜	しょうゆ 塩	26	3.0	0.9	0.8
		牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		食パン	○		△	○					小麦粉 ショートニング 砂糖	脱脂粉乳		イースト 塩	224	6.8	3.9	0.8
		メイプルジャム				△	△				水あめ 砂糖	寒天			39	0.0	0.0	0.0
		ポテトグラタン	○			○					じゃが芋 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	塩 コンソメ こしょう	155	7.8	8.8	0.7
		コールスローサラダ									オリーブオイル 砂糖		キャベツ 人参 きゅうり コーン	酢 塩 こしょう	44	0.7	2.6	0.3
15	金	大根とベーコンのスープ									オリーブオイル	ベーコン	大根 にんにく	コンソメ こしょう	35	1.5	2.1	1.0
		牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		焼豚炒飯				○					米 麦 サラダ油 こま こま油	焼豚 卵	人参 葉葱 干椎茸	しょうゆ 中華だしの素 塩	326	10.8	5.5	2.2
		アスパラの肉巻き	○									豚肉	アスパラガス	焼き肉のタレ	93	10.0	4.7	0.9
		ワンタンスープ	○								ワンタンの皮		もやし ちんげん菜 白葱	しょうゆ こしょう 中華だしの素	36	1.0	0.0	1.0
18	月	ぶどうヨーグルト				○					加糖練乳 イソマルトオリゴ糖 砂糖	脱脂粉乳 全粉乳 寒天 乳たんぱく質濃縮物 ホエーパフター クリーム	ぶどう果肉 ぶどう果汁	コンニャクイモ抽出物 香料 ブドウ色素	54	1.8	0.8	0.1
		牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		グリーンピースごはん									米		グリーンピース	酒 塩 みりん	274	5.3	0.7	1.1
		鶏肉の生姜焼き									砂糖 片栗粉	鶏肉	生姜	しょうゆ 酒 みりん	156	12.8	10.7	0.8
		厚揚げとちんげん菜のピリ辛炒め									砂糖 片栗粉	厚揚げ 豚肉	ちんげん菜 人参 生椎茸	しょうゆ 酒 豆板醤	122	8.0	7.5	0.8
		おぼろ汁				○						鶏肉 豆腐 卵 かつおだし	葉ねぎ 生姜	しょうゆ 塩 酒	63	6.4	3.7	0.8
19	火	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん									米				291	5.2	0.8	0.0
		かつおの竜田揚げ									片栗粉 揚げ油	かつお	レモン 生姜	しょうゆ 酒	146	15.9	5.8	0.7
		ひじきの煮物									砂糖 サラダ油 こま油	油揚げ ひじき	人参 こんにゃく 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										豆腐 かつおだし みそ あおさ	葉葱		38	4.0	1.5	1.0
		みかんゼリー									水あめ 砂糖 ぶどう糖		みかん果汁	増粘多糖類 酸味料 香料 ビタミンC クエン酸Na	23	0.0	0.0	0.1
20	水	牛乳				○					牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん									米				291	5.2	0.8	0.0
		豆腐ハンバーグ	○		○						砂糖 生パン粉 片栗粉	豚肉 豆腐 卵 豆乳	玉葱 葉葱	しょうゆ みりん 酒 塩	188	13.2	11.5	1.1
		ゆでそら豆											そら豆	塩	31	3.3	0.1	0.1
		みそ汁										みそ 油揚げ かつおだし	もやし 葉葱		46	4.1	2.2	1.3

令和8年度 5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	食塩相当量 g	
21	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	263	8.0	4.6	0.9
		タンドリーチキンバーガー具				○						サラダ油	鶏肉 ヨーグルト	キャベツ 生姜 にんにく レモン果汁	ケチャップ 酢 塩 ターメリック こしょう パプリカ カレー粉 クミン ガラムマサラ	171	13.9	12.0	0.7
		野菜スティックサラダ										マヨネーズ はちみつ	みそ	大根 きゅうり 人参		69	0.9	4.7	0.4
		ひよこ豆のスープ										ひよこ豆	ベーコン	玉葱 人参 セロリ	コンソメ こしょう	43	2.2	1.3	1.1
22	金	牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん										米				291	5.2	0.8	0.0
		厚揚げのキムチチーズ焼き				○						砂糖	厚揚げ チーズ みそ	白菜キムチ	みりん しょうゆ	232	16.0	16.4	1.1
		もやしのサラダ								○		マヨネーズ	かにかま	もやし 水菜	味ぽん	64	2.4	4.6	0.4
		わかめスープ										ごま油	わかめ	玉葱	中華だし 塩 しょうゆ	15	0.7	0.2	1.2
25	月	牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん										米				291	5.2	0.8	0.0
		揚げ豆腐甘酢あんかけ	○									揚げ油 片栗粉 砂糖	豆腐	玉葱 菊水煮 ビーマン 人参 干椎茸	しょうゆ 酢 顆粒だし	172	5.4	10.6	0.7
		キャベツと小松菜の昆布あえ											ちくわ 塩昆布	キャベツ 小松菜		26	2.3	0.3	0.7
		すまし汁											かつおだし	しめじ 水菜	しょうゆ 塩	15	2.1	0.1	0.9
26	火	牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		うどん	○									小麦粉			塩	278	9.7	1.2	0.3
		カレーうどん汁	○			○						カレールウ 片栗粉 砂糖	鶏肉 油揚げ かつおだし	玉葱 人参 葉葱 生椎茸	しょうゆ みりん 酒 コンソメ 塩 こしょう カレー粉	188	9.4	7.8	2.2
		ボーク包子	○		△	△			△	△		小麦粉 砂糖 小麦でん粉 パン粉 ごま油	豚肉 大豆粉末	キャベツ 玉葱 菊 椎茸 こんにゃく粉	しょうゆ 調味料 香辛料 塩 酵母エキス	113	8.0	1.5	0.8
		パイナップル												パイナップル		27	0.3	0.1	0.0
27	水	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
		絹さやと油揚げのおかか和え										ごま	油揚げ かつお節	水菜 絹さや	しょうゆ	29	2.4	1.7	0.3
		五目汁											豆腐 かつおだし	大根 小松菜 えのき ごぼう	しょうゆ 塩	31	3.1	1.0	0.8
28	木	牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		マーガリン丸型パン	○		△	○						小麦粉 マーガリン 砂糖 ショートニング	脱脂粉乳		イースト 塩	358	8.1	12.2	1.0
		じゃがいものチーズ焼き				○						じゃが芋 サラダ油	チーズ ベーコン	玉葱 水菜	コンソメ 塩 こしょう	111	5.6	5.6	0.9
		ちんげん菜のクリーム煮	○			○						マカロニ 片栗粉 バター	牛乳 鶏肉 生クリーム	玉葱 ちんげん菜 しめじ 人参	コンソメ 塩 白ワイン こしょう	89	5.3	3.7	0.4
		トマトとレタスのスープ												トマト レタス	コンソメ こしょう	14	0.5	0.1	1.0
29	金	牛乳				○						牛乳				126	6.8	7.8	0.2
		ごはん										米				291	5.2	0.8	0.0
		焼き肉おろしかげ										砂糖	豚肉	大根 葉葱	しょうゆ 酒 塩 こしょう	156	10.6	11.5	0.8
		キャベツと竹輪の酢みそあえ										砂糖 ごま	ちくわ みそ	キャベツ きゅうり	酢 酒	56	3.0	1.0	0.8
		すまし汁											かつおだし	しめじ 小松菜 人参	しょうゆ 塩	15	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、マヨネーズ、ちくわには、「乳、卵」は使用されていません。