

令和8年度 6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
1	月	牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		ごはん								米				291	5.2	0.8	0.0
		きすの野菜衣揚げ	○		○					小麦粉 揚げ油	きす 卵	人参 葉葱	塩 こしょう	154	12.9	6.9	0.4
		エスニックビーフンソテー								ビーフン サラダ油	豚肉	キャベツ 玉葱 ピーマン	スイートチリソース コンソメ カレー粉 酒 塩	73	3.4	1.8	0.5
		みそ汁								じゃが芋	みそ 油揚げ かつおだし	葉葱		65	4.4	2.7	1.4
2	火	牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		ごはん								米				291	5.2	0.8	0.0
		ひじきハンバーグ	○		○	○				砂糖 生パン粉 片栗粉	豚肉 豆腐 卵 牛乳 ひじき	葉葱 生姜	しょうゆ みりん 酒 塩 こしょう ナツメグ	183	13.1	11.5	1.1
		もやしと錦糸玉子のサラダ			○					白クリームドレッシング ごま	錦糸玉子 ハム	もやし きゅうり		75	4.7	5.0	0.6
		すまし汁									かつおだし	えのき しめじ 小松菜	しょうゆ 塩	16	2.2	0.1	0.8
3	水	牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		ごはん								米				291	5.2	0.8	0.0
		厚揚げおろしかけ								砂糖	厚揚げ	大根 葉ねぎ	しょうゆ みりん	198	13.9	14.1	0.6
		糸こんにのそぼろ煮								砂糖	豚肉 ちくわ	こんにやく 人参 ピーマン 干椎茸	しょうゆ 酒 みりん 顆粒だし	66	4.2	2.3	0.9
		かきたま汁			○					片栗粉	卵 かつおだし	小松菜 人参	しょうゆ 塩	37	3.5	1.5	1.0
4	木	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
		スパニッシュオムレツ			○	○				じゃが芋 バター サラダ油	卵 豚肉	玉葱 トマト ピーマン	コンソメ 塩 こしょう	144	10.7	8.8	0.9
		もやしのサラダ							○	マヨネーズ	かにかま	もやし 水菜	ポン酢	70	2.5	5.3	0.4
		キャベツとウインナーの スープ									ウインナー	キャベツ 人参	しょうゆ コンソメ 酒 こしょう	77	2.8	6.1	1.2
5	金	牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		カレーピラフ				○				米 麦 バター	ウインナー	玉葱 人参 パセリ	コンソメ 塩 カレー粉 サフラン	294	5.6	4.2	1.3
		ポテトチーズボール			○	○				じゃが芋 揚げ油 片栗粉	チーズ 卵		塩 こしょう	152	3.8	10.0	0.4
		豚肉と玉葱のスープ									豚肉	玉葱 人参 葉葱 生姜	しょうゆ 中華だしの素 酒 こしょう	45	3.9	1.5	1.1
		あじさいゼリー								ぶどう糖果糖液糖 砂糖 水あめ		ぶどう果汁	水溶性食物繊維 増粘多糖類 酸味料 香料 クチナシ色素 クエン酸Na	34	0.0	0.0	0.0
8	月	牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		ごはん								米				291	5.2	0.8	0.0
		ハムチーズ巻揚げ	○		○	○				パン粉 揚げ油 小麦粉	ロースハム 卵 チーズ 牛乳	しそ葉		220	12.6	15.7	1.3
		きゅうりとトマトのサラダ								オリーブオイル 砂糖		トマト きゅうり コーン缶	酢 塩 こしょう	54	0.9	3.2	0.3
		みそ汁									豆腐 みそ 油揚げ わかめ かつおだし			61	4.8	3.0	1.1
9	火	牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		ごはん								米				291	5.2	0.8	0.0
		白身魚のケチャップソース がけ	○			○				小麦粉 三温糖 バター	ホキ 生クリーム	玉葱 しめじ	ケチャップ 赤ワイン ウスターソース 塩 こしょう	156	14.8	5.3	1.3
		鶏肉とパインのサラダ				○				マヨネーズ	チキンフレーク ヨーグルト	キャベツ パイン缶 きゅうり		81	3.3	5.1	0.2
		キャベツとかぼちゃの スープ									ウインナー	かぼちゃ キャベツ	コンソメ こしょう	40	3.4	0.8	0.9
10	水	牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		ごはん								米				291	5.2	0.8	0.0
		鶏肉のみそてり焼き								砂糖	鶏肉 みそ		しょうゆ みりん 酒	143	19.8	5.5	0.9
		かぼちゃサラダ				○				マヨネーズ	ツナ ヨーグルト	かぼちゃ きゅうり レーズン	塩 こしょう	125	3.3	7.1	0.2
		じゃが芋とベーコンの スープ								じゃが芋 オリーブオイル	ベーコン	ちんげん菜 人参 にんにく	コンソメ こしょう	52	2.5	2.5	1.0



