

令和8年度 9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
3	木	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		マーガリンパン	○		△	○					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
		鶏肉のバジルソースがけ				○					オリーブオイル 松の実	鶏肉 粉チーズ	バジル にんにく	赤ワイン 塩 こしょう	171	13.3	13.2	0.7
		キャベツと玉子のサラダ			○						マヨネーズ 砂糖 ごま	卵	キャベツ きゅうり 人参	しょうゆ 酢	77	2.3	5.1	0.6
		レタスとトマトのスープ											玉ねぎ レタス トマト	コンソメ こしょう	16	0.5	0.1	0.8
4	金	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		厚揚げマーボー丼 (ごはん・具)									米				462	16.3	11.6	1.4
											片栗粉 砂糖 ごま油 サラダ油 ラー油	厚揚げ 豚肉 みそ	なす 玉葱 葉葱 生姜 にんにく 干椎茸	しょうゆ 酒 中華だし 豆板醤				
		バンバンジー									砂糖 ごま ごま油	鶏肉	もやし きゅうり 白葱 生姜	しょうゆ 酢	65	4.7	3.5	0.6
		筍とわかめのスープ								△ △	ごま油	わかめ	白葱 筍	しょうゆ 中華だし 塩 こしょう	14	1.0	0.1	1.3
		ぶどう（ピオーネ）											ぶどう		12	0.1	0.0	0.0
7	月	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		夏野菜カレー (麦ごはん・カレー)	△								米 麦				526	15.3	14.6	1.2
			○			○					カレールウ 揚げ油 サラダ油	豚肉 チーズ	玉葱 かぼちゃ なす ピーマン 人参 トマト缶詰 にんにく	がらスープ 赤ワイン カレー粉 クミン ガラムマサラ ターメリック こしょう				
		ツナといんげんの和え物									砂糖 ごま ごま油	鮪フレーク	さやいんげん きゅうり	酢 しょうゆ	56	3.3	2.7	0.3
		カスタードプリン				○ ○					砂糖混合ぶどう糖果 糖液糖 加糖練乳 カラメルソース	ホイップクリーム 卵 脱脂粉乳		香料 カロチノイド 増粘多糖類	77	1.5	2.3	0.1
8	火	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		ごはん									米				291	5.2	0.8	0.0
		ふーチャンブルー	○		○ ○						麸 サラダ油	卵 焼豚	もやし キャベツ 玉葱 人参 にら	しょうゆ 塩 酒 顆粒だし こしょう	88	7.3	3.7	1.1
		肉まんじゅう	○		△ △				△ △		小麦粉 砂糖 小麦でん粉 豚脂 コーンスターチ 小麦粉加工品	豚肉 鶏肉 大豆粉末 粉末状小麦たん白 粉末状大豆たん白	玉葱 キャベツ 生姜 こんにゃく	塩 しょうゆ 酵母エキス ドロマイト ピロリン酸第二鉄	122	6.7	3.7	0.5
		豆腐ときくらげのスー プ										豆腐	白菜 にら きくらげ	しょうゆ 中華だし 塩 こしょう	20	1.7	0.7	0.9
9	水	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		ごはん									米				291	5.2	0.8	0.0
		照り焼きチキン									砂糖 片栗粉	鶏肉		酒 しょうゆ みりん	163	13.0	10.7	1.0
		鶏肉と大根のサラダ									マヨネーズ ごま	鶏肉	大根 人参 きゅうり	塩 こしょう	102	3.2	8.4	0.3
		すまし汁										豆腐 かつおだし	しめじ 小松菜	しょうゆ 塩	25	2.8	0.9	0.8
10	木	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		レーズンパン	○		△	○					小麦粉 砂糖 ショートニング	脱脂粉乳	レーズン	イースト 塩	321	8.3	4.7	0.9
		鮭のコーンチーズ焼き				○					マヨネーズ	鮭 チーズ 生クリーム	コーン 玉葱	塩 こしょう	160	16.3	9.0	0.8
		ジャーマンポテト				○					じゃが芋 揚げ油 バター	ベーコン	玉葱 パセリ にんにく	塩 こしょう	91	2.5	4.4	0.5
		ちんげん菜のスープ									片栗粉		玉葱 人参 ちんげん菜	コンソメ 塩 こしょう	20	0.5	0.1	0.8
11	金	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		ごはん									米				291	5.2	0.8	0.0
		厚揚げおろしがけ									砂糖	厚揚げ	大根 葉葱	しょうゆ みりん	198	13.9	14.1	0.6
		ちんげん菜のしらす和え								△ △	砂糖 ごま油	しらす	キャベツ ちんげん菜 人参	しょうゆ 酢	31	3.1	0.8	0.8
		みそ汁								△ △	じゃが芋	みそ かつおだし わかめ	玉葱		48	3.1	0.6	1.4
14	月	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		ごはん									米				291	5.2	0.8	0.0
		チンジャオロース									片栗粉	豚肉	筍 ピーマン パプリカ 椎茸 生姜	しょうゆ 酒 中華だし	83	7.9	3.3	0.7
		ビーフンと竹輪のサラ ダ									マヨネーズ ビーフン ごま油	竹輪 みそ	きゅうり 人参	しょうゆ	112	2.6	6.8	0.8
		中華風玉子スープ			○						片栗粉	卵	白菜 ちんげん菜 きくらげ	ガラスープ 中華だし 塩 こしょう	38	2.5	1.7	1
		フローズンヨーグルト				○					果糖 イソマルトオリ ゴ糖 砂糖 寒天	乳製品 乳タンパク質		トレハロース 食物繊維 増粘多糖類 ミルクカルシウム 香料	57	1.8	2.5	0.1

令和8年度 9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
15	火	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		ごはん									米				291	5.2	0.8	0.0
		のり佃煮							△	△	砂糖 水飴 馬鈴薯でんぷん はちみつ	干しひとえぐさ		しょうゆ カラメル色素 増粘多糖類	7	0.7	0.1	0.3
		野菜とチーズの玉子焼き			○	○					サラダ油	卵 ウインナー 豚肉 チーズ	玉葱 しめじ 小松菜 人参	コンソメ 塩 こしょう	170	11.8	12.2	1.2
		キャベツとツナのごま和え									砂糖 ごま	鮭フレーク	キャベツ きゅうり 人参	しょうゆ 塩	52	3.0	2.7	0.5
		みそ汁										油揚げ みそ かつおだし	もやし 葉葱		46	4.1	2.2	1.3
16	水	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		ごはん									米				291	5.2	0.8	0.0
		鰯のお茶揚げ	○		○						小麦粉 揚げ油	鰯 卵	粉茶	塩 こしょう	187	17.3	10.3	0.4
		炒り鶏									砂糖 サラダ油	鶏肉 ちくわ	こんにゃく 人参 ごぼう いんげん 干椎茸	しょうゆ 酒 みりん 顆粒だし	91	6.3	4.2	0.8
		みそ汁										みそ かつおだし	玉葱 ちんげん菜 もやし		30	2.8	0.4	1.0
17	木	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		黒糖パン	○		△	○					小麦粉 黒蜜糖 ショートニング 砂糖	脱脂粉乳		イースト 塩	291	8.2	4.7	1.0
		鶏肉のピザ風焼き				○					サラダ油	鶏肉 チーズ	玉葱 ピーマン マッシュルーム	ピザソース ケチャップ 塩 こしょう	178	13.5	12.0	0.8
		ごぼうサラダ									マヨネーズ ごま	鶏肉 みそ	ごぼう きゅうり 人参	しょうゆ	108	4.2	8.0	0.5
		キャベツとコーンのスープ											キャベツ コーン	コンソメ こしょう	20	0.7	0.3	1.0
18	金	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		ごはん									米				291	5.2	0.8	0.0
		えびチリソース	○							○	砂糖 サラダ油 揚げ油 でんぷん 小麦粉 ぶどう糖 植物油脂 加工でんぷん	えび	玉葱 人参 トマトピューレ にんにく 生姜	チリソース ケチャップ しょうゆ 酒 豆板醤 塩 調味料 pH調整剤 増粘多糖類 カラメル色素 乳化剤	184	4.9	11.2	1.2
		きゅうりとかにかまの中華あえ								○	砂糖 ごま ごま油	かにかま	もやし きゅうり	しょうゆ 酢 塩	38	2.7	1.2	0.6
		豚肉と豆腐の葱塩スープ									ごま油 ごま	豚肉 豆腐	白葱 生姜 にんにく	中華だし しょうゆ 酒 こしょう	62	5.6	3.6	0.9
24	木	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		フライドチキンバーガー (パン・フライドチキン・キャベツ)	○		△	○					小麦粉 砂糖 ショートニング	脱脂粉乳		イースト 塩	460	19.0	19.4	1.4
			○		○						小麦粉 片栗粉 揚げ油	鶏肉 卵	キャベツ にんにく	しょうゆ 酒 コンソメ 塩 ジンジャーパウダー オールスパイス こしょう ナツメグ				
		ちんげん菜のサラダ									マヨネーズ ごま	ハム	ちんげん菜 もやし 人参	味ボン	68	2.9	5.1	0.4
25	金	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		さつまいもごはん									米 さつまい芋 ごま		酒 塩 みりん	287	4.9	1.1	1.0	
		さばの塩焼き										鯖		塩	169	16.5	13.4	0.6
		きなこ和え									砂糖	ちくわ きなこ	もやし 小松菜 人参	しょうゆ	34	2.9	0.8	0.6
		みそ汁									里芋	かつおだし みそ	大根 葉葱		42	2.8	0.6	1.2
		お月見ゼリー									砂糖・ぶどう糖果糖 液糖 砂糖 ぶどう糖 水あめ 寒天		温州ミカン果汁 レモン果汁	乳酸Ca 増粘多糖類 ビタミンC 酸味料 クエン酸Na 香料 粉末油脂 乳化剤 ゲル化剤	28	0.1	0.1	0.0
28	月	牛乳				○						牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		ごはん									米				291	5.2	0.8	0.0
		さんまの塩焼き										さんま	大根	しょうゆ 塩	178	11.2	15.4	0.6
		おから煮								△ △	砂糖 サラダ油	おから 角天	こんにゃく 人参 葉葱 干椎茸	しょうゆ 酒 顆粒だし	67	3.6	2.0	0.8
		みそ汁								△ △		油揚げ わかめ みそ かつおだし	大根		56	4.4	3.2	1.3

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
29	火	牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		ごはん									米			291	5.2	0.8	0.0
		チーズハンバーグ	○		○	○					パン粉 砂糖	牛肉 豚肉 チーズ 卵 牛乳	玉葱	259	16.3	17.1	1.0
		りんごとキャベツのサラダ			○						白クリームドレッシング		りんご キャベツ 干しぶどう	63	0.6	3.6	0.3
		もやしと水菜のスープ										ベーコン	もやし 水菜 しめじ	27	2.0	1.2	1.0
30	水	牛乳				○					牛乳			126	6.8	7.8	0.2
		焼豚炒飯	○		○	○					米 麦 サラダ油 ごま ごま油	焼豚 卵	人参 葉葱 椎茸	326	10.8	5.5	2.2
		鶏肉のから揚げ									片栗粉 揚げ油	鶏肉	生姜 にんにく	239	12.6	17.7	0.5
		中華スープ									ごま油		ちんげん菜 もやし 玉葱 きくらげ	14	0.9	0.2	1.3
		ぶどう（巨峰）											ぶどう	21	0.1	0.0	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△の表示をしています。
- * 当月に使用するハム、ベーコン、ウインナー、ちくわ、マヨネーズには、「乳、卵」は使用されていません。