

令和7年度 8,9月給食献立表

浜松みをつくし特別支援学校

日 曜 日	料 理 名	血・肉・骨になる	体の調子を整える	熱や力のもと	エネルギー kcal たんぱく質g 脂質g 塩分g
8/29 金	牛乳 ひき肉のカレー 和風サラダ	牛乳 豚肉 ちくわ かつおぶし	玉ねぎ 人参 にんにく エリンギ トマト キャベツ きゅうり 人参	米 麦 バター 砂糖 植物油	712 26.8 24.0 3.0
9/1 月	非常食体験のため、給食はありません。				
2 火	牛乳 ごはん さばの塩焼き なめたけおろしあえ とり汁	牛乳 さば とり肉 みそ	 白菜 きゅうり なめ茸 大根 大根 人参 ごぼう ねぎ こんにゃく	米 里いも	679 36.9 28.7 2.7
3 水	牛乳 ごはん チキンカツ 大豆のサラダ みそ汁	牛乳 とり肉 牛乳 ハム 大豆 油揚げ みそ	 セロリ きゅうり 白菜	米 パン粉 小麦粉 植物油 マヨネーズ	726 36.9 28.7 2.7
4 木	牛乳 ごはん 松風焼き マカロニサラダ みそ汁	牛乳 豚肉 とり肉 卵 みそ みそ	ねぎ きゅうり 人参 コーン 小松菜	米 ごま パン粉 砂糖 マカロニ マヨネーズ オリーブ油 おふ	749 32.8 29.3 2.9
5 金	牛乳 ごはん 切干大根の卵焼き とり肉と野菜のサラダ みそ汁	牛乳 卵 豚肉 とり肉 油揚げ みそ	切干大根 人参 ねぎ キャベツ きゅうり なす 玉ねぎ	米 砂糖 植物油 マヨネーズ	705 33.6 28.4 2.9
8 月	牛乳 ごはん 豚肉とピーマンの炒め物 ビーフンサラダ 卵スープ マスカットゼリー	牛乳 豚肉 かまぼこ みそ 卵	椎茸 小松菜 パプリカ ピーマン たけのこ しょうが 人参 きゅうり 白菜 ねぎ マスカット果汁	米 砂糖 片栗粉 植物油 ビーフン ごま油 マヨネーズ 片栗粉 砂糖	670 24.8 22.1 1.7
9 火	牛乳 ごはん 豆腐の肉みそがけ キャベツと油揚げのごまあえ すまし汁	牛乳 豆腐 豚肉 みそ 油揚げ	玉ねぎ 人参 しょうが ねぎ キャベツ 水菜 えのき しめじ わかめ	米 片栗粉 植物油 砂糖 ごま 砂糖	657 30.4 22.9 2.5
10 水	牛乳 ごはん とり肉のてり焼き 豚肉と厚揚げのみそ煮 すまし汁 野菜ゼリー	牛乳 とり肉 豚肉 厚揚げ みそ かまぼこ	キャベツ ねぎ 人参 しょうが こんにゃく 白菜 人参 みかん果汁 人参	米 砂糖 じゃがいも 砂糖 植物油 砂糖	733 41.5 20.4 3.0
11 木	牛乳 ごはん えびシュウマイ 中華あえ マーボー豆腐	牛乳 えび たら ぼたてエキス ハム 豚肉 豆腐 みそ	玉ねぎ キャベツ もやし 玉ねぎ 人参 椎茸 しょうが にんにく	米 小麦粉 片栗粉 砂糖 植物油 砂糖 ごま ごま油 砂糖 片栗粉 植物油 ごま油	694 28.9 23.6 3.0
12 金	牛乳 ごはん 野菜とチーズの卵焼き おかかあえ 五目汁	牛乳 ウインナー 卵 チーズ かつおぶし みそ とり肉	人参 小松菜 玉ねぎ しめじ キャベツ きゅうり 人参 大根 ねぎ	米 植物油 里いも	673 32.8 24.2 2.9

日 曜日	料 理 名	血・肉・骨になる	体の調子を整える	熱や力のもと	エネルギーkcal たんぱく質g 脂 質g 塩分g
16 火	牛乳 ごはん とり肉のおろしがけ ごぼうサラダ みそ汁	牛乳 とり肉 まぐろ油漬 みそ みそ 油揚げ	 大根 ねぎ ごぼう 人参 きゅうり	米 砂糖 マヨネーズ ごま じゃがいも	711 36.5 25.5 3.1
17 水	牛乳 ごはん さばのごまだれ焼き 切干大根の煮物 みそ汁	牛乳 さば さつま揚げ みそ 油揚げ	 切干大根 人参 いんげん 椎茸 玉ねぎ ねぎ	米 ごま 砂糖 砂糖 植物油	705 35.8 26.2 2.9
18 木	牛乳 ハヤシライス きのこブロッコリーのサラダ	牛乳 豚肉 かつおぶし	玉ねぎ 人参 にんにく ブロッコリー しめじ まいたけ	米 麦 小麦粉 砂糖 バター 植物油 砂糖 植物油 ごま油	702 25.1 20.7 2.5
19 金	牛乳 ごはん チーズのせハンバーグ コールスローサラダ えのきと水菜のスープ	牛乳 牛肉 豚肉 チーズ 卵 牛乳	玉ねぎ キャベツ 人参 きゅうり コーン 水菜 えのき	米 パン粉 砂糖 オリーブ油	706 29.6 28.3 2.4
22 月	牛乳 ごはん 富士山コロッケ 小松菜のしらすあえ 豚汁 いなさヨーグルト	牛乳 豚肉 とり肉 しらす 豚肉 豆腐 みそ ヨーグルト	玉ねぎ 小松菜 キャベツ しめじ 人参 ねぎ	米 パン粉 片栗粉 砂糖 豚脂 植物油 砂糖 砂糖	725 27.0 21.9 2.6
24 水	牛乳 ロールパン とり肉のマスタード焼き 野菜とかまぼこのサラダ もやしのスープ	牛乳 脱脂粉乳 とり肉 かまぼこ ウインナー	 玉ねぎ キャベツ きゅうり もやし 人参	小麦粉 植物油 砂糖 マヨネーズ 砂糖 ごま油	702 36.3 32.5 3.7
25 木	牛乳 ごはん さわらの西京焼き がんもとこんぶの煮物 けんちん汁	牛乳 さわら みそ 大豆 豚肉	しょうが 人参 ごぼう いんげん 椎茸 こんぶ ひじき 大根 ごぼう ねぎ	米 砂糖 植物油	706 36.7 25.0 3.7
26 金	牛乳 ソフトめん カレーソース キャベツのサラダ ラフランスゼリー	牛乳 牛肉 チーズ とり肉 卵(非加熱)	玉ねぎ 人参 にんにく しょうが キャベツ きゅうり 人参 洋なし果汁	小麦粉 小麦粉 植物油 植物油 砂糖 砂糖	722 29.8 29.5 3.7
29 月	牛乳 ごはん 春巻き チンジャオロースー すまし汁	牛乳 豚肉 とり肉 豚肉 豆腐	玉ねぎ キャベツ 人参 たけのこ もやし にんにく しょうが 椎茸 たけのこ 椎茸 パプリカ ビーマン しょうが チンゲン菜	米 春雨 小麦粉 片栗粉 植物油 砂糖 片栗粉 植物油	700 25.8 28.1 2.3
30 火	牛乳 ごはん さけの和風ムニエル こんぶあえ みそ汁	牛乳 さけ ちくわ みそ	 小松菜 キャベツ 塩こんぶ 白菜	米 小麦粉 バター おふ	677 38.2 24.7 2.9

栄養価は中学部の数値になります。
小学部×0.78 高等部×1.1

マヨネーズは卵不使用のものを使用しています。
(非加熱調理の料理のみ)