

令和7年度 2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
2月	牛乳 ごはん かぼちゃとチーズの卵焼き 白菜のしょうが酢あえ みそ汁	牛乳 卵 チーズ ベーコン 豆腐 油揚げ みそ	かぼちゃ 玉ねぎ 人参 白菜 人参 きゅうり しょうが ねぎ	米 バター 植物油 砂糖 植物油	690 30.5 25.8 3.0
3火	牛乳 大豆ごはん いわしの梅煮 チンゲン菜のおかかあえ 大根汁 節分卵ボーロ	牛乳 大豆 いわし かつおぶし 豚肉 卵 きなこ 脱脂粉乳	人参 しょうが 梅肉 チンゲン菜 もやし 大根 ねぎ しょうが	米 片栗粉 砂糖 砂糖 里いも 片栗粉 砂糖	683 35.3 23.4 3.5
4水	牛乳 揚げきなこパン キャベツのサラダ ビーフシチュー	牛乳 脱脂粉乳 きなこ チキンハム 牛肉	キャベツ きゅうり 玉ねぎ 人参 トマト にんにく	小麦粉 植物油 砂糖 植物油 砂糖 じゃがいも 小麦粉 バター 植物油	736 26.0 33.8 3.1
5木	牛乳 ごはん 豆腐の肉みそがけ 小松菜と油揚げのごまあえ すまし汁	牛乳 豚肉 豆腐 みそ 油揚げ	玉ねぎ 人参 ねぎ しょうが 小松菜 白菜 えのき しめじ わかめ	米 片栗粉 砂糖 植物油 ごま 砂糖	682 31.3 24.4 2.9
6金	牛乳 ごはん おからバーグ ゆかりあえ みそ汁	牛乳 牛肉 豚肉 おから 卵 みそ 牛乳 みそ	玉ねぎ れんこん 大根 キャベツ きゅうり 人参 赤しそ ねぎ	米 パン粉 砂糖 里いも	673 30.8 22.3 3.1
9月	牛乳 ごはん さけの塩こうじ焼き なめたけあえ みそ汁	牛乳 さけ みそ	白菜 きゅうり なめたけ かぼちゃ 水菜	米 砂糖	682 37.2 21.9 2.8
10火	牛乳 ごはん ぎせい豆腐 五目きんぴら すまし汁	牛乳 豆腐 とり肉 卵 豚肉 かまぼこ	人参 たけのこ 椎茸 しょうが ねぎ ごぼう 人参 いんげん こんにゃく チンゲン菜	米 砂糖 片栗粉 植物油 砂糖 植物油	677 33.6 23.4 3.2
12木	牛乳 カレーうどん コーンシュウマイ 香味あえ	牛乳 豚肉 白身魚 豆腐	人参 玉ねぎ 椎茸 ねぎ 玉ねぎ コーン キャベツ きゅうり 大根 なす れんこん しょうが しそ葉	小麦粉 片栗粉 砂糖 植物油 小麦粉 砂糖 片栗粉 豚脂 ごま 砂糖	679 28.5 19.6 3.7
13金	牛乳 ピラフ ハートのハンバーグ 白菜のサラダ キャベツのスープ チョコクレープ	牛乳 ハム とり肉 豚肉 卵 卵(非加熱) とり肉 豆乳	玉ねぎ コーン 玉ねぎ トマト にんにく しょうが 白菜 きゅうり 人参 キャベツ 人参	米 バター 豚脂 砂糖 片栗粉 植物油 砂糖 植物油 米粉 砂糖 片栗粉 植物油	702 26.5 25.7 2.9
16月	牛乳 ごはん ぶりのてり焼き 切こんぶの煮つけ すまし汁	牛乳 ぶり ちくわ 油揚げ 豆腐	しょうが 人参 椎茸 切こんぶ えのき ねぎ	米 片栗粉 砂糖 植物油 砂糖	703 36.3 26.7 3.3
17火	牛乳 ごはん 松風焼き マカロニサラダ みそ汁	牛乳 とり肉 豚肉 卵 みそ みそ	ねぎ きゅうり 人参 コーン 小松菜	米 パン粉 砂糖 ごま マカロニ マヨネーズ 植物油 おふ	744 32.5 29.1 2.9

節分献立

バレンタイン献立

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
18 水	牛乳	牛乳			673
	わかめごはん		わかめ	米	28.2
	きのこのココット	卵 ベーコン	玉ねぎ えのき しめじ 椎茸 にんにく	バター	24.8
	ごぼうサラダ	ハム みそ	ごぼう 人参 きゅうり	ごま マヨネーズ	4.0
	すまし汁	たらすりみ	ほうれん草	片栗粉 砂糖 植物油	
19 木	牛乳	牛乳			704
	マーボー豆腐丼	豚肉 豆腐 みそ	玉ねぎ 人参 椎茸 ねぎ	米 麦 片栗粉 砂糖 植物油	28.6
	中華あえ	かにかまぼこ	キャベツ 小松菜	ごま 砂糖 植物油	22.6 2.8
20 金	牛乳	牛乳			685
	ごはん(細江まいひめ)			米(細江まいひめ)	32.4
	かつおフライ	かつお		小麦粉 片栗粉 植物油	18.9
	大根としらすのサラダ	しらす かつおぶし	大根 チンゲン菜 玉ねぎ 人参	砂糖	3.3
	レタスのかきたま汁	卵	レタス 玉ねぎ	片栗粉	
ネーブル		ネーブル			
24 火	牛乳	牛乳			724
	カレーライス	牛肉 チーズ	玉ねぎ 人参 トマト りんご にんにく	米 麦 じゃがいも 小麦粉 植物油	23.2
	カリフラワーのマリネ		カリフラワー 人参 きゅうり	砂糖 植物油	24.0 2.1
25 水	牛乳	牛乳			724
	レーズン入りロールパン	脱脂粉乳	干しぶどう	小麦粉 砂糖 植物油脂	22.6
	ポテトグラタン	ウインナー 牛乳 チーズ	玉ねぎ しめじ	じゃがいも 小麦粉 生クリーム バター 植物油	32.5
	わかめサラダ	まぐろ油漬け	キャベツ 人参 わかめ	マヨネーズ	3.4
	青菜のスープ	ベーコン	玉ねぎ セロリ ほうれん草		
26 木	牛乳	牛乳			739
	ごはん			米	33.4
	チキン南蛮	とり肉	玉ねぎ きゅうり ねぎ にんにく	小麦粉 片栗粉 砂糖 マヨネーズ 植物油	25.7
	エスニックビーフン	ベーコン	玉ねぎ キャベツ ピーマン	ビーフン 植物油 砂糖	3.2
白菜とコーンのスープ		白菜 コーン			
27 金	牛乳	牛乳			700
	ごはん			米	35.5
	さばのみそ焼き	さば みそ		砂糖	24.2
	さつまいもの白あえ	豆腐	ほうれん草	さつまいも ごま 砂糖	3.2
	すまし汁	かまぼこ	水菜		

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)

2月20日(金)「ふじっぴー給食」を実施します。

「ふじっぴー給食」は静岡県でとれる食材を知り、親んでもらうために県がおこなっている取り組みです。今年度は、「かつお」と「レタス」と「チンゲン菜」をテーマに、この3つの食材を取り入れた料理を出します。

