



学校給食予定献立表①



日	主食	ミルク	メニュー (★は卵除去食対応可能日です) (◎は乳除去食対応可能日です)	アレルギー 注意食品	使用食品名(g)			調味料	エネルギー (kcal) 上:小学部 下:中高等部	
					熱や力のもと(黄色)	血や肉のもと(赤色)	体の調子を整える(緑色)			
曜日	黄色	赤色								
14 (金)	ごはん	牛乳	ごはん	米	米68				濃口醤油 白ワイン 塩 こしょう	614 752
			さけ はなぞのやき 鮭の花園焼き		米粉2 マヨネーズ (卵不使用)8.5	銀鮭40 絹ごし豆腐10	玉ねぎ14.5 さやいんげん7 しめじ6.5 赤パプリカ5.5 コーン(缶)4			
			じゃがいも しる じゃが芋のみそ汁		じゃがいも24	油あげ4 白みそ2 信州みそ8	白菜22 大根22 人参8 小松菜7	だしかつお だし昆布		
			ぎゅうにゅう 牛乳	飲用牛乳		牛乳206				
17 (月)	ごはん	牛乳	ごはん	米	米68				ハヤシルウ デミグラスソース ケチャップ とんかつソース 赤ワイン 鶏がらスープ	625 770
			はやしライス		じゃがいも34 米粉1.8 オリーブ油2	牛肉23	玉ねぎ50 にんにく0.3 人参8 ブロッコリー8 しめじ6.5 セロリー2.5 トマト(缶)7.5			
			やさい 野菜とかまぼこのサラダ			糸かまぼこ11	きゃべつ40 チンゲン菜7 人参7	青じそドレッシング		
			ぎゅうにゅう 牛乳	飲用牛乳		牛乳206				
18 (火)	ごはん	牛乳	ごはん	米	米68				濃口醤油 酒 オイスターソース 中華スープの素	597 733
			あつあ 厚揚げのオイスター炒め		ごま油2.3 砂糖1 片栗粉1.3	豚肉26 厚揚げ(冷)30	しょうが0.5 玉ねぎ38 人参10 ピーマン7 干椎茸0.35			
			たら どうにゅう 鱈の豆乳スープ		おつゆ麺2	たら17 豆乳30 信州みそ7	白菜30 大根20 人参7 白ねぎ5 チンゲン菜10	酒 液体だし 薄口醤油 だしがつお だし昆布		
			ぎゅうにゅう 牛乳	飲用牛乳		牛乳206				
19 (水)	ごはん	牛乳	ごはん	米	米68				カレー粉 濃口醤油 酒 みりん 液体だし	610 750
			やさい 野菜ふりかけ				野菜ふりかけ1.2			
			ふうふた カレー風豚じゃが		じゃがいも50 米油1.5 砂糖2.7	豚肉25 厚揚げ(冷)15	玉ねぎ35 人参12 大根12 さやいんげん6.5 糸こんにゃく17.5			
			すいた ごま酢炒め	きゅうり	すりごま0.8 砂糖2.1 ごま油2	糸かまぼこ11	きゃべつ39 きゅうり15	みりん 薄口醤油 米酢 液体だし		
			ぎゅうにゅう 牛乳	飲用牛乳		牛乳206				
20 (木)	パン	牛乳	コッペパン	コッペパン	コッペパン40				白ワイン 塩 こしょう トマトソース	594 755
			チキンのクリスピー焼き		米粉2.3 米油3.2 オリーブ油0.9 砂糖0.2	鶏肉40 大豆の華4.2	玉ねぎ10.5 トマト(缶)7 セロリー1.3 にんにく0.35			
			はるやさい 春野菜のポトフ		じゃがいも26	豚肉5 ポークウインナー13	きゃべつ25 大根20 玉ねぎ20 人参9 アスパラガス7	白ワイン 塩 こしょう コンソメ 鶏がらスープ		
			みかんゼリー		みかんゼリー70					
			ぎゅうにゅう 牛乳	飲用牛乳		牛乳206				
21 (金)	ごはん	牛乳	ごはん	米	米68				濃口醤油 酒 塩	597 736
			ぶたにく しょうがや 豚肉の生姜焼き		砂糖2.6 米油1.8	豚肉47	玉ねぎ26 しょうが0.7 きゃべつ40			
			&きゃべつ							
			いも しる さつま芋のみそ汁		さつまいも25	油あげ3.5 信州みそ8 白みそ2	大根20 白菜18 人参8 小松菜7	だしがつお だし昆布		
			ぎゅうにゅう 牛乳	飲用牛乳		牛乳206				

※物資購入の都合により、献立を変更することがあります。使用量は小学部の分量です。中高等部は小学部の1.3倍量です。

(お願い)お箸が使用できる人は、お箸をご家庭からご持参下さい。



令和5年 4月

学校給食予定献立表②



日	主食	ミルク		メニュー (★は卵除去食対応可能日です) (◎は乳除去食対応可能日です)	アレルギー 注意食品	使用食品名(g)			調味料	エネルギー (kcal) 上:小学部 下:中高等部	
		黄色	赤色			熱や力のもと(黄色)	血や肉のもと(赤色)	体の調子を整える(緑色)			
24 (月)	ごはん	牛乳	牛乳	ごはん	米	米68					573 702
				とりにくさんぞくや 鶏肉の山賊焼き		米油0.5	鶏肉40	にんにく0.6	濃口醤油 酒 みりん 黒こしょう		
				かわりきんぴら		米油2 砂糖1	竹輪10	ごぼう23 人参16 ピーマン10 しらたき15	濃口醤油 みりん 酒		
				きやべつとじゃが芋のみそ汁		じゃがいも22	油揚げ3.5 信州みそ8 白みそ2	きやべつ27 玉ねぎ18 人参8 青ねぎ3	だしがつつお だし昆布		
			ぎゅうにゅう 牛乳	飲用牛乳		牛乳206					
25 (火)	ごはん	牛乳	牛乳	ごはん	米	米68					647 777
				とりに 鶏すき煮		砂糖4.5 米油2 おつゆ熱2	鶏肉26 焼き豆腐37	白菜48 玉ねぎ28 人参9 えのきたけ7 青ねぎ5 しらたき23	濃口醤油 酒 かつおだし		
				ツナポテトサラダ		じゃが芋45 マヨネーズ10 (卵不使用)	ツナ12.5	いんげん7.5 人参10 コーン(缶)4			
				ぎゅうにゅう 牛乳	飲用牛乳		牛乳206				
26 (水)	ごはん	牛乳	牛乳	チャーハン	米	米58 米油1.4 ごま油0.55	豚肉19 焼豚9	玉ねぎ18 人参11 筍9 ピーマン8 白ねぎ4	中華スープの素 濃口醤油 塩 こしょう	582 703	
				とうふ 豆腐チゲ		ごま油1	豚ひき肉12 豆腐38 信州みそ5 白みそ2	白菜23 大根20 白菜キムチ10 えのきたけ8 青ねぎ3 干椎茸0.35 しょうが0.5 にんにく0.3	濃口醤油 鶏がらスープ みりん 酒 コチュジャン		
				ピーチゼリー		ももゼリー70					
				ぎゅうにゅう 牛乳	飲用牛乳		牛乳206				
27 (木)	パン	牛乳	牛乳	バターロール	バターロール	バターロール40					571 734
				さけ 鮭のカレームニエル		小麦粉2.5 オリーブ油1.8	銀鮭40		カレー粉 白ワイン 塩 こしょう		
				ぶたにく やさい 豚肉と野菜のソテー		米油2	豚肉12	きやべつ30 もやし15 人参8 ピーマン8	ウスターソース 濃口醤油 コンソメ 塩 こしょう		
				やさい とりにく 野菜と鶏肉のスープ		じゃがいも22	鶏肉12	きやべつ20 大根15 玉ねぎ15 人参8 ブロッコリー8 しめじ5 セロリー2	コンソメ 鶏がらスープ 酒 塩 こしょう		
			ぎゅうにゅう 牛乳	飲用牛乳		牛乳206					
28 (金)	ごはん	牛乳	牛乳	ごはん	米	米68					601 737
				れんこん だんご あまず 蓮根団子の甘酢あんかけ		片栗粉1.1 砂糖5.4 ごま油1.6	蓮根つくね45	玉ねぎ38 人参10 筍11 ピーマン7 しょうが0.7	濃口醤油 米酢 コンソメ		
				ちゅうか 中華スープ		ごま油0.5	豚肉10 豆腐18	白菜20 もやし20 人参9 チンゲン菜10 白ねぎ5 干椎茸0.5	鶏がらスープ 中華スープの素 コンソメ 薄口醤油 酒 塩 こしょう		
				ぎゅうにゅう 牛乳	飲用牛乳		牛乳206				
30 (日)	ごはん	アシド ミルク	アシド ミルク	チキンライス	米	米58 米油2.1	鶏肉27 チキンハム4.5	玉ねぎ28 人参10 ピーマン7 マッシュルーム(缶)7	トマトケチャップ 白ワイン コンソメ 塩 こしょう パプリカパウダー	600 732	
				とくにゅう 豆乳スープ		じゃがいも27 オリーブ油1.2	豚肉15 豆乳30	玉ねぎ26 人参8 しめじ8 ブロッコリー8	シチューの素(乳不使用) 鶏がらスープ 白ワイン コンソメ こしょう		
				クリームソーダ風ゼリー	クリームソーダ 風ゼリー	クリームソーダ風ゼ リー40(乳不使用、メ ロン果汁使用)					
				アシドミルク	アシドミルク		アシドミルク150				

※物資購入の都合により、献立を変更することがあります。使用量は小学部の分量です。中高等部は小学部の1.3倍量です。

(お願い)お箸が使用できる人は、お箸をご家庭からご持参下さい。

※30日(日)使用の「クリームソーダ風ゼリー」について

商品名	ヤヨイサンフーズ クリームソーダ風ゼリー 40g
原材料名	ぶどう糖 水あめ 砂糖 粉あめ 豆乳加工食品 メロン果汁 寒天 ゼラチン 乳酸Ca ゲル化剤(増粘多糖類) 酸味料 香料 加工デンプン 重曹 乳化剤 pH調整剤 クチナシ色素 クエン酸鉄Na セルロース 塩化マグネシウム
アレルゲン27品目	大豆・ゼラチン

国産のメロン果汁のゼリーに泡状のムースを重ねたデザートです。ムースとゼリーを混ぜて食べると、クリームソーダ風に感じられるデザートです。

