

令和8年10月 学校給食予定こんだてひょう

桜が丘特別支援学校

ひ ち	よう び	こんだてめい	含まれるアレルギー	ざいりょう			エネルギー kcal たんぱく質 g
				血や肉のもとになる	体の調子をととのえる	熱や力のもとになる	
1	木	牛乳 和風ツナスパゲッティ 大豆とチーズのサラダ 中華蒸しパン	乳 小麦、大豆、鶏肉、魚 小麦、乳、大豆 小麦、乳、ごま、大豆、豚肉	牛乳 鰯 大豆 チーズ スキムミルク 豚ひき肉	ニンジン 玉ねぎ しいたけ ぶなしめじ エリンギ ほうれん草 ニンジン きゅうり 玉ねぎ	スパゲッティ オリーブオイル サラダ油 オリーブオイル 砂糖 蒸しパンミックス ごま油 でん粉	624 28.5
2	金	牛乳 麦ごはん 田舎汁 鶏肉のレモンソースがらめ 大豆とひじきの煮め煮	乳 大豆 小麦、大豆、鶏肉、果物 小麦、大豆	牛乳 厚揚げ 鶏もも肉 ひじき 油揚げ 大豆	だいこん ニンジン ごぼう しいたけ こんにゃく ポッカレモン ニンジン 突きこんにゃく	こめ 麦 さといも 米粉 揚げ油 砂糖 サラダ油 砂糖	665 28.5
6	火	牛乳 高菜チャーハン ワンタンスープ ツナとポテトのサラダ 梅	乳 小麦、卵、大豆、鶏肉、豚肉、魚 小麦、乳、ごま、大豆、鶏肉、豚肉、魚 小麦、卵、大豆、りんご、魚、果物 果物	牛乳 豚もも肉 しらす干し 炒り卵 カットわかめ いが寒藻し 鰯 梅	玉ねぎ 高菜漬 しいたけ 木くらげ にら ニンジン きゅうり ポッカレモン	こめ サラダ油 ごま油 じゃがいも マヨネーズ	589 22.7
7	水	牛乳 小豆ごはん さらさ汁 煮しめ	乳 大豆、魚 小麦、大豆、鶏肉	牛乳 小豆 しらす干し 木綿豆腐 かまぼこ ちくわ 鶏もも肉 厚揚げ	たけのこ こねぎ こんにゃく ごぼう ニンジン しいたけ	こめ 砂糖 さといも	672 33.2
8	木	牛乳 米粉パン 大豆と青菜のスープ マカロニグラタン 大根サラダ	乳 小麦、乳、大豆 小麦、大豆、鶏肉、豚肉、魚 小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉 小麦、大豆、魚	牛乳 ベーコン フローズンピーンズ 大豆 鶏もも肉 ウインナー 牛乳 チーズ カットわかめ しらす干し	ニンジン 小松菜 玉ねぎ ニンジン ぶなしめじ ほうれん草 だいこん とうもろこし	米粉パン サラダ油 バター 小麦粉 マカロニ 砂糖	688 32.2
9	金	牛乳 麦ごはん タイビーエン 手作りかまぼこ もやしの土佐酢あえ	乳 小麦、卵、乳、ごま、大豆、鶏肉、豚肉、魚 小麦、卵、大豆 小麦、大豆 小麦、大豆	牛乳 豚もも肉 うずらの卵 すりみ 卵 カットわかめ	玉ねぎ ニンジン キャベツ 木くらげ こねぎ ニンジン 玉ねぎ 枝豆 もやし きゅうり	こめ 麦 サラダ油 緑豆はるさめ いりごま ごま油 パン粉 砂糖 揚げ油	610 26.3
13	火	牛乳 シーフードカレー レモンサラダ りんごゼリー	乳 えび、小麦、いか、大豆、豚肉、トマト 小麦、卵、大豆、豚肉、魚 豚肉、りんご、ゼラチン、果物	牛乳 ベーコン むきエビ いか ハム 鰯糸卵 ゼラチン	玉ねぎ ニンジン キャベツ きゅうり ポッカレモン りんごジュース りんご	こめ サラダ油 じゃがいも カレーフレーク 砂糖 サラダ油 砂糖	654 22.3
14	水	牛乳 麦ごはん さつま汁 げせい豆腐 ひよつつの酢の物	乳 大豆 小麦、卵、大豆、鶏肉 小麦、卵、ごま、大豆	牛乳 厚揚げ 鶏ひき肉 ひじき 木綿豆腐 卵 ひよつつ 鰯糸卵	ニンジン だいこん こねぎ ニンジン しいたけ グリンピース きゅうり	こめ 麦 さつまいも サラダ油 砂糖 緑豆はるさめ 砂糖 いりごま	628 24.5
15	木	牛乳 とんこつラーメン ミルクかりんとう ひじきとチーズの鉄骨サラダ	乳 小麦、卵、乳、ごま、大豆、鶏肉、豚肉、魚 豚、魚 小麦、乳、大豆、豚肉	牛乳 豚かた肉 うずらの卵 スキムミルク ハム ひじき チーズ	ニンジン もやし 根深ねぎ 木くらげ テンゲンサイ スキムミルク キャベツ きゅうり	学給ラーメン サラダ油 ごま油 さつまいも 揚げ油 砂糖 サラダ油 砂糖	611 28.0
16	金	牛乳 麦ごはん くりつぽ きびなのカレー揚げ ゆで干し大根の酢の物	乳 小麦、大豆、鶏肉 小麦、卵、魚 小麦、ごま、大豆	牛乳 鶏もも肉 厚揚げ きびなご 卵 カットわかめ	ごぼう れんこん こんにゃく ニンジン しいたけ いんげん きゅうり ゆで干し大根	こめ 麦 サラダ油 さといも くり 砂糖 小麦粉 揚げ油 砂糖 いりごま	655 27.3
19	月	牛乳 さつまいもごはん 赤だし 長崎天ぷら 蒲上そばろ	乳 大豆 小麦、卵、大豆 小麦、大豆、豚肉、魚	牛乳 絹ごし豆腐 油揚げ カットわかめ たい切り身 卵 豚もも肉 さつまあげ 大豆	なめこ 根深ねぎ ニンジン ごぼう もやし 突きこんにゃく	こめ さつまいも 小麦粉 砂糖 揚げ油 サラダ油 砂糖	688 32.5
20	火	牛乳 チキンライス オムレツ オニオンスープ アスパラのサラダ バナナ	乳 鶏肉、豚肉、魚、トマト 卵、大豆 小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉、魚 小麦、ごま、大豆 バナナ、果物	牛乳 鶏ひき肉 オムレツ アスパラ バナナ	玉ねぎ ぶなしめじ グリンピース 玉ねぎ ニンジン パセリ アスパラ とうもろこし キャベツ	こめ サラダ油 バター サラダ油 砂糖 いりごま	591 22.1
21	水	牛乳 ごはん 卵スープ 焼き わかめともやしのナムル	乳 小麦、卵、乳、ごま、大豆、鶏肉 小麦、大豆、豚肉、りんご、果物 小麦、ごま、大豆	牛乳 卵 豚肩ロース カットわかめ	玉ねぎ えのきたけ おうしりんご 玉ねぎ ビーマン にら もやし キャベツ	こめ でん粉 ごま油 サラダ油 黒砂糖 はちみつ ごま油 砂糖 いりごま	651 25.8
22	木	牛乳 コッペンパン ビーフシチュー ごまドレッシングサラダ みかんゼリー	乳 小麦、乳、大豆 小麦、乳、牛肉、大豆、鶏肉、豚肉、魚、トマト、ケチャップ 小麦、ごま、大豆 豚肉、ゼラチン、果物	牛乳 牛肉小間 チンゲンサイ キャベツ とうもろこし だいこん ゼラチン	玉ねぎ ニンジン ぶなしめじ ブロッコリー チンゲンサイ キャベツ とうもろこし だいこん みかんジュース みかん	コッペンパン サラダ油 じゃがいも 小麦粉 バター 砂糖 サラダ油 いりごま 砂糖	633 26.9
23	金	牛乳 麦ごはん お鮎と小松菜のみそ汁 豆腐のおとし揚げ 五島三菜の煮物	乳 小麦、大豆 小麦、卵、大豆、魚 小麦、大豆、豚肉	牛乳 カットわかめ こねぎ 鶏もも肉	えのきたけ 小松菜 こねぎ 五島三菜 突きこんにゃく いんげん	こめ 麦 鮎 小麦粉 揚げ油 サラダ油 砂糖	628 25.2
26	月	牛乳 ごはん 白菜のイタリアンスープ チキンピカタ 彩り野菜とペンネのソテー	乳 小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉、魚 小麦、卵、乳、大豆、鶏肉 小麦、乳、大豆、魚	牛乳 フローズンピーンズ 粉チーズ 鶏もも肉 粉チーズ 卵 しらす干し 粉チーズ	白菜 ぶなしめじ なす 赤ピーマン 黄ピーマン ブロッコリー	こめ オリーブオイル 小麦粉 オリーブオイル 砂糖 ペンネ	654 29.8
27	火	牛乳 ゆめし 白菜と豆腐のみそ汁 ポテトサラダ 梅	乳 小麦、卵、牛肉、大豆 大豆 小麦、卵、大豆、鶏肉、豚肉、りんご、魚、果物 果物	牛乳 牛肉小間 鰯糸卵 絹ごし豆腐 ハム	ニンジン ごぼう しいたけ しらす干し いんげん ぶなしめじ 白菜 こねぎ とうもろこし きゅうり	こめ サラダ油 砂糖 じゃがいも マヨネーズ	666 23.3
28	水	牛乳 麦ごはん ぬっぺ汁 さけのみそやうあん焼き 磯香あえ	乳 小麦、大豆、鶏肉 小麦、さけ、大豆、魚 小麦、大豆	牛乳 鶏もも肉 厚揚げ さけ切り身 刻みのり	こんにゃく ごぼう ニンジン しいたけ 白菜 ほうれん草 ぶなしめじ	こめ 麦 サラダ油 さといも、焼酎 砂糖 でん粉 砂糖	594 32.8
29	木	牛乳 ちゃんぽん 大豆といりこの揚げ煮 さつまいものサラダ	乳 えび、小麦、乳、いか、大豆、鶏肉、豚肉、魚 小麦、大豆、魚 小麦、卵、大豆、豚肉、りんご、果物	牛乳 豚もも肉 むきエビ いか かまぼこ 大豆 煮干 ハム	玉ねぎ ニンジン キャベツ もやし 木くらげ キヌサヤ きゅうり 玉ねぎ ポッカレモン	ちゃんぽん サラダ油 でん粉 揚げ油 砂糖 さつまいも マヨネーズ	596 34.5
30	金	牛乳 麦ごはん 厚揚げのみそ汁 ひじき入り卵よせ おろし和え	乳 大豆 小麦、卵、大豆、鶏肉 小麦、大豆	牛乳 厚揚げ カットわかめ 鶏ひき肉 ひじき 卵	ぶなしめじ ごぼう ニンジン 玉ねぎ ほうれん草 きゅうり ニンジン えのきたけ とうもろこし だいこん	こめ 麦 サラダ油 砂糖	591 26.3

献立を確認される場合はこちら

