

令和4年10月 学校給食予定こんだてひょう(アレルギー対応)

桜が丘特別支援学校

2022.09.01作成

日 ち ら	よ う ひ	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		
3	月	牛乳 麦ごはん さつまいも きんぴら豆腐 ひよこつるの酢の物 味付のり	乳 大豆、魚 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 ひよこつる 鶏糸卵 味付のり	にんじん、大根、ごねぎ にんじん、薄葉、グリーンピース 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	650 28.7	
4	火	牛乳 いわしの蒲焼どんぶり 元気いっぱい！牛肉スープ レモンサラダ 梨	乳 小麦、大豆、魚 小麦、牛肉、ごま、大豆、魚 小麦、卵、大豆、豚肉 小麦、卵、大豆、魚	牛乳 いわし、アサヒ、きざみのり 鶏もも肉 油揚げ ハム 鶏糸卵	こねぎ 大根 にんじん 椎茸 根菜ねぎ ほうれん草 キャベツ きゅうり ポッカレモン なし	こめ 麦 揚げ油 砂糖 ごま油 砂糖 いりごま 砂糖 サラダ油	649 29.5	
5	水	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 バナナ	乳 小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉 小麦、卵、乳、大豆、鶏肉 小麦、乳、大豆、魚	牛乳 フローズンピーズ 粉チーズ 鶏もも肉 粉チーズ 卵 しらす干し 粉チーズ	白菜 ふなしめじ なす 赤ピーマン 黄ピーマン フロウコ バナナ	こめ オリーブオイル 小麦粉 オリーブオイル 砂糖 ペンネ	702 30.0	
6	木	牛乳 ちゃんぽん 長崎ハトシロー ひじきとチーズの豚骨サラダ	乳 小麦、卵、乳、いりか、大豆、鶏肉、豚肉、魚 小麦、卵、乳、牛肉、大豆、豚肉 小麦、乳、大豆、豚肉	牛乳 鶏もも肉 むきエビ いりか かまぼこ 長崎ハトシロー ハム ひじき チーズ	玉ねぎ にんじん キャベツ もやし 木くらげ キヌサヤ キャベツ きゅうり	ちゃんぽん サラダ油 揚げ油 砂糖 サラダ油 砂糖	630 32.8	
7	金	牛乳 小麦ごはん さらさ汁 煮しめ	乳 小麦、大豆、魚 小麦、卵、大豆、鶏肉、魚	牛乳 鶏もも肉 卵 鶏もも肉 卵	あずき しらす干し 木綿豆腐 かまぼこ ちくわ たけのこ、ごねぎ こんにゃく、ごぼう にんじん 椎茸	こめ 砂糖 さといも	675 34.6	
11	火	牛乳 鶏ごぼう豆腐 クリームスープ ツナサラダ 梨	乳 小麦、大豆、鶏肉 小麦、乳、大豆、鶏肉 小麦、ごま、大豆、魚	牛乳 鶏もも肉 油揚げ 牛乳 カットわかめ 鯖	ごぼう、にんじん、ごぼう、アブラムシ にんじん、玉ねぎ、小松菜 キャベツ、ブロッコリー、赤ピーマン なし	こめ サラダ油 砂糖 じゃがいも 小麦粉 パター ごま油 砂糖	638 23.5	
12	水	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 セレクトふりかけ	乳 大豆、魚 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	ふなしめじ、ごぼう にんじん、玉ねぎ、ほうれん草 きゅうり にんじん えのきたけ とうもろこし、大根	こめ 麦 サラダ油 砂糖	627 27.7	
13	木	牛乳 バイパン ビーフンチュー ごまドレッシングサラダ バナナ	乳 小麦、乳、大豆、果物 小麦、乳、牛肉、大豆、鶏肉、豚肉、トマト、ケチャップ 小麦、ごま、大豆	牛乳 牛肉小間 鶏もも肉	玉ねぎ にんじん ふなしめじ、ブロッコリー ブロッコリー、キャベツ、とうもろこし、大根 バナナ	バイパン サラダ油 じゃがいも 小麦粉 パター 砂糖 サラダ油 いりごま	693 26.2	
14	金	牛乳 麦ごはん 栗つぼ きびなごのカレー揚げ ゆで干し大根の酢の物	乳 小麦、大豆、鶏肉、魚、果物 小麦、卵、大豆、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、にんじん、椎茸、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	682 29.0	
17	月	文化祭代休						
18	火	牛乳 ドライカレー オニオンスープ オムレツ 和風サラダ	乳 小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉、トマト、ケチャップ 小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉 卵、大豆 小麦、ごま、大豆	牛乳 豚ひき肉 オムレツ かまぼこ	玉ねぎ にんじん ピーマン レーズン 玉ねぎ、にんじん、ソテー玉ねぎ、ハセリ	こめ パター バター 砂糖 サラダ油 ごま油	624 20.7	
19	水	牛乳 麦ごはん 沢菜煮 さけのみそ汁あん焼き うの花炒り煮 みかん	乳 小麦、大豆、豚肉、魚 小麦、さけ、大豆、魚 小麦、卵、大豆、魚	牛乳 ベーコン カットわかめ さけ切り身 ちくわ、おから 卵	にんじん、大根、椎茸、ふなしめじ、えのきたけ、みつば 玉ねぎ、椎茸、ごねぎ みかん	こめ 麦 サラダ油 さといも、くり 砂糖 砂糖 サラダ油 砂糖	629 32.4	
20	木	牛乳 ミニクワッサン なすのミートスパゲッティ コールスローサラダ	乳 小麦、卵、乳、大豆 小麦、乳、牛肉、大豆、鶏肉、豚肉、トマト 小麦、大豆、りんご	牛乳 豚ひき肉 合挽肉 ベーコン 粉チーズ	なす 玉ねぎ ふなしめじ、ホールトマト キャベツ にんじん、とうもろこし	ミニクワッサン スパゲッティ、オリーブオイル、サラダ油 小麦粉 砂糖 サラダ油 砂糖	637 24.5	
21	金	牛乳 麦ごはん お題と小松菜のみそ汁 ぼっぺん鶏のレモンソースがらめ 彩りきんぴら バナナ	乳 小麦、大豆、魚 小麦、大豆、鶏肉 小麦、ごま、大豆	牛乳 カットわかめ 長崎ぼっぺん鶏	えのきたけ、小松菜 ホウレンソウ ごぼう、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、赤ピーマン バナナ	こめ 麦 麵 米粉 揚げ油 砂糖 ごま油 砂糖	674 26.5	
24	月	牛乳 麦ごはん タイビー 手作りかまぼこ もやしの土佐酢あえ みかん	乳 小麦、卵、乳、ごま、大豆、鶏肉、豚肉、魚 小麦、卵、大豆 小麦、大豆、魚	牛乳 鶏もも肉 うずらの卵 すりみ 卵 カットわかめ	玉ねぎ、にんじん、キャベツ、木くらげ、ごねぎ にんじん、玉ねぎ、枝豆むき身 もやし、きゅうり みかん	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	660 27.2	
25	火	牛乳 なめし 白菜と豆腐のみそ汁 ポテトサラダ 結	乳 小麦、卵、牛肉、大豆 大豆、魚 小麦、卵、大豆、鶏肉、豚肉、りんご	牛乳 牛肉小間 鶏糸卵 絹ごし豆腐 油揚げ ハム	にんじん、ごぼう、椎茸、しらす干し、いんげん、ごねぎ 白菜、ごねぎ なす、とうもろこし、きゅうり、卵	こめ サラダ油 砂糖 じゃがいも、マヨネーズ	722 25.2	
26	水	牛乳 さつまいもごはん 赤だし 長崎天ぷら 浦上そばろ	乳 大豆、魚 小麦、卵、大豆 小麦、卵、大豆、豚肉	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、根菜ねぎ 小麦粉 砂糖 揚げ油 にんじん、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	713 34.0	
27	木	牛乳 はちみつパン かぶのスープ マカロニグラタン フレンチサラダ	乳 小麦、乳、大豆 小麦、大豆、鶏肉、豚肉 小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉 小麦、大豆、果物	牛乳 ベーコン 鶏もも肉 ウインナー 牛乳 チーズ	かぶ、小松菜、ハセリ 玉ねぎ、にんじん、ふなしめじ、ほうれん草 キャベツ、パイン、きゅうり	ハチミツパン サラダ油、バター、小麦粉、マカロニ サラダ油、砂糖	672 27.7	
28	金	牛乳 ごはん 白菜のクリーム煮 豚肉とナッツの炒め物 ローストポテト 味付のり	乳 小麦、卵、乳、大豆、鶏肉 小麦、カシューナッツ、大豆、豚肉、トマト	牛乳 かまぼこ 牛乳 鶏もも肉	にんじん、玉ねぎ、白菜 玉ねぎ、ピーマン	こめ 小麦粉、バター サラダ油、カシューナッツ、黒砂糖、でん粉 じゃがいも	738 28.7	
31	月	牛乳 麦ごはん お野菜みそ汁 豆腐のおとし揚げ 五島三菜の煮物 みかん	乳 大豆、魚 小麦、卵、大豆、魚 小麦、大豆、豚肉	牛乳 油揚げ 木綿豆腐 鯖 卵 豚もも肉	えのきたけ、にんじん、玉ねぎ、キャベツ、ごねぎ 五島三菜、突きこんにゃく、いんげん みかん	こめ 麦 小麦粉 揚げ油 サラダ油 砂糖	690 26.7	

献立を確認される場合はこちら

