

# 令和6年7月 学校給食予定こんだてひょう

## 桜が丘特別支援学校

ひ に ち	よ う び	こ ん だ て め い	含 ま れ る ア レ ル ゲ ン	ざ い り よ 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 の え る	熱 や 力 の も と に な る	
1	月	牛乳	乳	牛乳			707 23.8
		麦ごはん				こめ 麦	
		マーボーなす	小麦、ごま、大豆、豚肉	豚ひき肉	根深ねぎ エリンギ なす ピーマン	サラダ油 砂糖 でん粉 ごま油	
		いかなゲット	小麦、いか、大豆、豚肉	イカナゲット		揚げ油	
3	水	パンサンスー	小麦、ごま、大豆、豚肉	ハム	きゅうり キャベツ	緑豆はるさめ 砂糖 ごま油 いりごま	678 32.2
		牛乳	乳	牛乳		こめ 麦	
		夏野菜みそ汁	大豆、果物	厚揚げ	なす ミノトマト かぼちゃ ズッキーニ		
		青じそ入りつくね	小麦、卵、大豆、鶏肉	鶏ひき肉 卵	玉ねぎ しそ	パン粉 砂糖 でん粉	
4	木	ゴーヤチャンプル	小麦、卵、大豆、豚肉	豚もも肉 木綿豆腐 炒り卵	にんじん もやし ゴーヤ	サラダ油	669 28.0
		バナナ	バナナ、果物		バナナ		
		なすのミートスパゲッティ	小麦、乳、牛肉、大豆、鶏肉、 豚肉、果物、トマト	合挽肉 ベーコン 粉チーズ	なす 玉ねぎ ぶなしめじ ホールトマト	スパゲッティ オリーブオイル サラダ油 小麦粉 砂糖	
		ツナサラダ	小麦、ごま、大豆、魚	カットわかめ 鮪	キャベツ ブロッコリー 赤ピーマン	ごま油 砂糖	
5	金	ぐりとぐらのカステラ	小麦、卵	卵		砂糖 はちみつ 小麦粉 強力粉	684 28.0
		牛乳	乳	牛乳		こめ 砂糖 サラダ油	
		牛肉ちらし	小麦、卵、牛肉、大豆	牛肉小間 錦糸卵	ごぼう にんじん しいたけ いんげん	小麦粉 揚げ油	
		あじの天ぷら	小麦、卵、大豆	あじ切り身 卵	ぶなしめじ こねぎ	手延べそうめん	
8	月	七塔そうめん	小麦、卵、大豆	星型なると		パインゼリー	643 31.0
		七塔ゼリー	果物				
		牛乳	乳	牛乳		こめ	
		枝豆ごはん	大豆、魚	しらす干し	枝豆	ごぼう にんじん しいたけ 根深ねぎ	
9	火	かみなり汁	ごま、大豆	木綿豆腐	ごぼう にんじん しいたけ 根深ねぎ	ごま油	616 20.6
		すりみでお好み天 ゆで干し大根の のりごまサラダ	えび、小麦、卵、大豆	すりみ むきエビ あおのり 卵	キャベツ こねぎ 紅生姜 ゆで干し大根 小松菜 きゅうり にんじん	小麦粉 揚げ油 いりごま 練りごま 砂糖 ごま油	
		牛乳	乳	牛乳		こめ 麦 サラダ油	
		夏野菜カレー	小麦、大豆、豚肉、果物、 トマト	豚もも肉	玉ねぎ なす トマト ピーマン かぼちゃ いんげん	カレーフレーク	
10	水	大豆とチーズのサラダ	小麦、乳、大豆	大豆 チーズ	にんじん きゅうり	オリーブオイル 砂糖	664 26.8
		みかんゼリー	果物		みかんジュース みかん	砂糖	
		牛乳	乳	牛乳		こめ 麦	
		麦ごはん					
11	木	うずらの卵入りわかめスープ	小麦、卵、乳、大豆、鶏肉	カットわかめ うずらの卵	しいたけ めんま にら		664 29.8
		ブルコギ	小麦、牛肉、大豆、りんご	牛肉小間	にんじん もやし キャベツ おろしりんご	サラダ油 黒砂糖 はちみつ	
		スイカ	果物		スイカ		
		牛乳	乳	牛乳		こめ 麦	
12	金	バイパン	小麦、乳、大豆、果物			バイパン	620 29.7
		ポークビーンズ	乳、大豆、鶏肉、豚肉、魚、 果物、トマト、ケチャップ	豚かた肉 ベーコン 大豆 粉チーズ	玉ねぎ セロリ にんじん ぶなしめじ ホールトマト	サラダ油 じゃがいも 砂糖	
		チーズオムレツ	小麦、卵、乳、大豆、鶏肉	鶏ひき肉 卵 チーズ	玉ねぎ にんじん グリンピース キャベツ きゅうり	サラダ油 砂糖 砂糖	
		キャベツの酢漬け	小麦				
16	火	牛乳	乳	牛乳		こめ 麦 揚げ油 砂糖	597 29.2
		とうもろこしごはん	小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉、魚	ベーコン	とうもろこし バセリ	こめ パター	
		どうがんともずくのスープ	小麦、大豆、鶏肉	鶏もも肉 もずく	とうがん こねぎ		
		魚のカラフル南蛮	小麦、大豆	あじ切り身 大豆	ごぼう なす 玉ねぎ 赤ピーマン ブロッコリー ねりうめ メロン	小麦粉 でん粉 揚げ油 砂糖	
17	水	メロン					637 27.4
		牛乳	乳	牛乳		こめ	
		いわしのかわ焼きどんぶり	小麦、大豆	いわしフライ きざみのり	こねぎ		
		元気いっぱい! 牛肉スープ	小麦、牛肉、ごま、大豆	牛肉小間 野菜昆布 油揚げ	だいこん にんじん しいたけ 根深ねぎ ほうれん草	ごま油 砂糖 いりごま	
18	木	トマトときゅうりの 和風サラダ	小麦、ごま、大豆、魚、果物、 トマト	しらす干し	トマト きゅうり しそ	サラダ油 いりごま	651 33.8
		牛乳	乳	牛乳		こめ	
		ごはん				パン粉	
		イタリアンスープ	小麦、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉、 魚	ベーコン 卵 粉チーズ	玉ねぎ にんじん ほうれん草 とうもろこし	オリーブオイル	
18	木	チキンソテー	小麦、大豆、鶏肉	鶏もも肉			651 33.8
		ラタトゥイユ	小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉、 魚、果物、トマト	粉チーズ	にんじん 根深ねぎ なす ピーマン しいたけ ホールトマト		
		バイナップル	果物		バイナップル		
		牛乳	乳	牛乳		こめ 麦	
18	木	ちゃんぽん	えび、小麦、卵、乳、いか、 大豆、鶏肉、豚肉、魚	豚もも肉 むきエビ いか かまぼこ	玉ねぎ にんじん キャベツ もやし 木くらげ キヌサヤ	ちゃんぽん サラダ油	651 33.8
		長崎ハトシロール	小麦、卵、乳、牛肉、大豆、豚肉	長崎ハトシロール		揚げ油	
		ひじきのサラダ	小麦、ごま、大豆	ひじき	だいこん にんじん きゅうり	砂糖 ごま油 いりごま	
		ヨーグルト	乳、ゼラチン	ソフィール70			

献立を確認される場合はこちら

