

# 令和6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

日 次	よ う 日	こんだてめい	含まれるアレルゲン	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	体の調子をとどめる	熱や力のもとになる	
1	火	牛乳	乳	牛乳			
		ごはん					
		ビーフンスープ	小麦、乳、大豆、鶏肉	かまぼこ	にんじん、木くらげ、しいたけ、もやし、キヌサヤ	ビーフン	662 27.7
2	水	豚肉とナッツの炒め物	小麦、カシューナッツ、大豆、豚肉、ナッツ、トマト	豚もも肉	玉ねぎ、ピーマン	サラダ油、カシューナッツ、黒砂糖、でん粉	
		ローストポテト				じゃがいも	
		鶏ごぼう汁	小麦、大豆、鶏肉	鶏もも肉、油揚げ	ごぼう、にんじん、しいたけ、こんにやく、チンゲンサイ	ごめ、菜	592 34.3
3	木	さけのみそやうあん焼き うの花炒り煮	小麦、さけ、大豆、魚 小麦、卵、大豆 果物	さけ切り身 ちくわ、おから、卵	にんじん、玉ねぎ、しいたけ、ごねぎ	砂糖 サラダ油、砂糖	
		スパゲッティナポリタン	小麦、乳、牛肉、大豆、鶏肉、豚肉、トマト	鶏もも肉、ウインナー、牛乳、粉チーズ	玉ねぎ、にんじん、ぶなしめじ、ピーマン	スパゲッティ、オリーブオイル、サラダ油、砂糖	672 26.4
		アスラのサラダ	小麦、ごま、大豆	鶏もも肉、ウインナー	アスラガス、とうもろこし、キャベツ	サラダ油、砂糖、いりごま	
4	金	レーズン蒸しパン	小麦、乳、果物	スキムミルク	レーズン	蒸しパンミックス	
		牛乳	乳	牛乳			
		いわしのかば焼きどんぶり	小麦、大豆、魚	いわしフィレ、きざみのり	ごねぎ	ごめ、菜、揚げ油、砂糖	607 29.5
5	土	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	
		レモンサラダ	小麦、卵、大豆、豚肉、果物	ハム、鶏糸卵	キャベツ、きゅうり、ポッカレモン	砂糖、サラダ油	
		牛乳	乳	牛乳			
6	日	小豆ごはん	大豆	小豆			
		さらさら 煮しめ	大豆、魚 小麦、大豆、鶏肉	しらす干し、木綿豆腐、かまぼこ、ちくわ	たけのこ、ごねぎ		647 34.9
		牛乳	乳	牛乳			
7	月	高菜チャーハン	小麦、卵、大豆、鶏肉、豚肉、魚	豚もも肉、しらす干し、炒り卵	玉ねぎ、高菜漬	ごめ、サラダ油	606 22.8
		フンタンスープ	小麦、乳、ごま、大豆、鶏肉、豚肉	カットわかめ、いが栗煮し	しいたけ、木くらげ、にら	ごま油	
		じゃがバターチキンサラダ	小麦、卵、大豆、りんご、魚、果物	鶏	にんじん、きゅうり、ポッカレモン	じゃがいも、マヨネーズ	
8	火	バナナ	バナナ、果物	バナナ			
		牛乳	乳	牛乳			
		米粉パン	小麦、乳、大豆			米粉パン	
9	水	ビーフンチュー	小麦、乳、牛肉、大豆、鶏肉、豚肉、魚、トマト、ケチャップ	牛肉小間	玉ねぎ、にんじん、ぶなしめじ、ブロッコリー	サラダ油、じゃがいも、小麦粉、バター	649 28.0
		ごまドレッシングサラダ	小麦、ごま、大豆		チンゲンサイ、キャベツ、とうもろこし	砂糖、サラダ油、いりごま	
		みかんゼリー	豚肉、ゼラチン、果物	ゼラチン	だいこん	砂糖	
10	木	牛乳	乳	牛乳			
		小麦ごはん					
		鶏ごぼう汁	小麦、大豆、鶏肉、果物	鶏もも肉、厚揚げ	ごぼう、れんこん、こんにやく、にんじん、しいたけ、いんげん	ごめ、菜、さといも、くり、砂糖	633 28.0
11	金	きびなごのカレー揚げ	小麦、卵、大豆、魚	きびなご、卵		小麦粉、揚げ油	
		ゆで干し大根の酢の物	小麦、ごま、大豆	カットわかめ	きゅうり、ゆで干し大根	砂糖、いりごま	
		牛乳	乳	牛乳			
12	土	チキンライス	小麦、豚肉、魚、トマト	鶏ひき肉	玉ねぎ、ぶなしめじ、グリーンピース	ごめ、サラダ油	573 22.0
		オムレツ	卵、大豆	オムレツ			
		オニオンスープ	小麦、卵、大豆、鶏肉、豚肉、魚	しらす干し	玉ねぎ、にんじん、パセリ	バター	
13	日	和風サラダ	小麦、ごま、大豆	糸かまぼこ	きゅうり、赤ピーマン、キャベツ、小松菜	砂糖、サラダ油、ごま油	
		牛乳	乳	牛乳			
		小麦ごはん					
14	月	お鮎と小松菜のみそ汁	小麦、大豆	カットわかめ	えのきたけ、小松菜	ごめ、菜	619 26.3
		豆腐のおとし揚げ	小麦、卵、大豆、魚	木綿豆腐、卵	ごねぎ	小麦粉、揚げ油	
		五島三菜の煮物	小麦、大豆、豚肉	豚もも肉	五島三菜、突きこんにやく、いんげん	サラダ油、砂糖	
15	火	牛乳	乳	牛乳			
		とんこつラーメン	小麦、卵、乳、ごま、大豆、鶏肉、豚肉、魚	豚かた肉、うずらの卵	にんじん、もやし、根深ねぎ、木くらげ、チンゲンサイ	学給ラーメン、サラダ油、ごま油	606 27.6
		ミルクかりんとう	小麦、大豆	スキムミルク		さつまいも、揚げ油、砂糖	
16	水	ひじきとチーズの鉄骨サラダ	小麦、乳、大豆、豚肉	ハム、ひじき、チーズ	キャベツ、きゅうり	サラダ油、砂糖	
		牛乳	乳	牛乳			
		小麦ごはん					
17	木	タイビーエン	小麦、卵、乳、ごま、大豆、鶏肉、豚肉、魚	豚もも肉、うずらの卵	玉ねぎ、にんじん、キャベツ、木くらげ	ごめ、菜	604 27.3
		手作りかまぼこ	小麦、卵、大豆	すりみ、卵	にんじん、玉ねぎ、枝豆	サラダ油、緑豆はるさめ、いりごま、ごま油	
		もやしの土佐酢あえ	小麦、大豆	カットわかめ	もやし、きゅうり	パン粉、砂糖、揚げ油	
18	金	牛乳	乳	牛乳			
		菓おこわ	果物			ごめ、もち米、くり	685 34.2
		赤だし	大豆	絹ごし豆腐、油揚げ、カットわかめ	なめこ、根深ねぎ		
19	土	長崎天ぷら	小麦、卵、大豆	たい切り身、卵	たい切り身、卵	小麦粉、砂糖、揚げ油	
		浦上そばろ	小麦、大豆、豚肉、魚	豚もも肉、さつまあげ、大豆	にんじん、ごぼう、もやし、突きこんにやく	サラダ油、砂糖	
		牛乳	乳	牛乳			
20	日	カレー	小麦、小豆、いか、大豆、豚肉、トマト	えび、小豆、いか	玉ねぎ、ベーコン、むきエビ、いか	ごめ、サラダ油、じゃがいも、カレーフレーク	652 22.5
		ほうれん草のアーモンドサラダ	小麦、大豆、豚肉、アーモンド	ハム	キャベツ、ほうれん草、とうもろこし	アーモンド、サラダ油、砂糖	
		りんごゼリー	豚肉、りんご、ゼラチン、果物	ゼラチン	りんごジュース、りんご	砂糖	
21	月	牛乳	乳	牛乳			
		小麦ごはん					
		つみれのすまし汁	小麦、大豆	お野菜つみれ	しいたけ、にんじん、小松菜	ごめ、菜	618 34.7
22	火	治郎煮	小麦、大豆、鶏肉	鶏ささみ、マクロ角切	なす、ブロッコリー	でん粉、小麦粉、揚げ油、さといも、麩	
		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	
		みかん	果物				
23	水	牛乳	乳	牛乳			
		ハインパン	小麦、乳、大豆、果物			ハインパン	
		かぶのスープ	小麦、大豆、鶏肉、豚肉、魚	ベーコン	かぶ、小松菜、パセリ	サラダ油、バター、小麦粉、マカロニ	675 28.2
24	木	マカロニグラタン	小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉	鶏もも肉、ウインナー、牛乳、チーズ	玉ねぎ、にんじん、ぶなしめじ、ほうれん草		
		大根サラダ	小麦、大豆、魚	しらす干し	だいこん、きゅうり、とうもろこし	砂糖	
		牛乳	乳	牛乳			
25	金	小麦ごはん					
		厚揚げのみそ汁	大豆	厚揚げ、カットわかめ	ぶなしめじ、ごぼう	ごめ、菜	610 27.4
		ひじき入り卵よせ	小麦、卵、大豆、鶏肉	鶏ひき肉、ひじき、卵	にんじん、玉ねぎ、ほうれん草	サラダ油、砂糖	
26	土	おろし和え	小麦、大豆		きゅうり、にんじん、えのきたけ、とうもろこし		
		バナナ	バナナ、果物		だいこん		
		バナナ	バナナ、果物		バナナ		
27	日	牛乳	乳	牛乳			
		ごはん					
		白菓のイタリانسープ	小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉、魚	フローズンピーズ、粉チーズ	白菓、ぶなしめじ	ごめ	634 29.7
28	月	チキンピカタ	小麦、卵、乳、大豆、鶏肉	鶏もも肉、粉チーズ、卵	なす、赤ピーマン、黄ピーマン、ブロッコリー	オリーブオイル、小麦粉	
		彩り野菜とペンネのソテー	小麦、乳、大豆、魚	しらす干し、粉チーズ		オリーブオイル、砂糖、ペンネ	
		牛乳	乳	牛乳			
29	火	牛めし	小麦、卵、牛肉、大豆	牛肉小間、鶏糸卵	にんじん、ごぼう、しいたけ、しらたき	ごめ、サラダ油、砂糖	
		白菓と豆腐のみそ汁	大豆	絹ごし豆腐	ぶなしめじ、白菓、ごねぎ		
		ポテトサラダ	小麦、卵、大豆、鶏肉、豚肉、りんご、魚、果物	ハム	とうもろこし、きゅうり	じゃがいも、マヨネーズ	648 24.6
30	水	牛乳	乳	牛乳			
		小麦ごはん					
		かきたま汁	小麦、卵、大豆	かまぼこ、カットわかめ、卵	えのきたけ、みつば	ごめ、菜	615 32.2
31	木	さばのごまみそ焼き	ごま、さば、大豆、魚	さば切り身		砂糖、いりごま	
		ほうれん草のサラダ	小麦、大豆、豚肉	ハム、刻みのり	ほうれん草、もやし	砂糖、オリーブオイル	
		牛乳	乳	牛乳			
32	金	ちゃんぽん	えび、小麦、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	591 32.5
		大豆といりこの揚げ煮	小麦、大豆、魚	大豆、煮干		でん粉、揚げ油、砂糖	
		さつまいもサラダ	小麦、卵、大豆、豚肉、りんご、果物	ハム	きゅうり、玉ねぎ、ポッカレモン	さつまいも、マヨネーズ	

献立を確認される場合はこちら

