

# 令和6年11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	金	牛乳 麦ごはん 豚汁 干草焼き ブロッコリーの酢漬	乳 大豆、豚肉 小麦、卵、大豆、鶏肉 小麦	牛乳 豚バラ肉 厚揚げ 鶏ひき肉 卵	にんじん、もやし、こんにゃく、根深ねぎ にんじん、玉ねぎ、ほうれん草、しいたけ ブロッコリー カリフラワー	こめ、麦 サラダ油、じゃがいも サラダ油、砂糖 砂糖	611 26.1
5	火	牛乳 焼き豚チャーハン 中華スープ 干し大根とひじきのサラダ	乳 小麦、卵、大豆、鶏肉、豚肉 小麦、乳、ごま、大豆、鶏肉 小麦、卵、大豆、豚肉、りんご、果物	牛乳 焼き豚、炒り卵 木綿豆腐 ひじき ハム	玉ねぎ、にんじん、こねぎ 木くらげ、白菜、にら、えのきたけ ゆで干大根、きゅうり、にんじん	こめ、サラダ油 いりごま、ごま油 砂糖、マヨネーズ	572 21.9
6	水	牛乳 麦ごはん お鮓と小松菜のみそ汁 魚のマスタード焼き あとひきお煮	乳 小麦、大豆 小麦、卵、大豆、りんご、果物 小麦、牛肉、大豆	牛乳 カツわかめ たい切り身 牛肉小間 厚揚げ	えのきたけ、小松菜 にんじん、蓮根、こんにゃく、しいたけ、ピーマン	こめ、麦 糖、マヨネーズ、パン粉 サラダ油、黒砂糖	638 30.3
7	木	牛乳 ソース焼きそば 野菜ごちごちキンナゲット フルーツヨーグルト	乳 小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉、魚、トマト 小麦、卵、乳、大豆、鶏肉 乳、もも、果物、桃	牛乳 豚バラ肉 さつまあげ あおのり 鶏ひき肉 卵 粉チーズ ヨーグルト	玉ねぎ、にんじん、キャベツ、もやし 木くらげ、絹蒔菜 とうもろこし、蓮根、アスパラ パイ、黄桃、みかん	ちゃんぽん、サラダ油 小麦粉、揚げ油	621 29.6
8	金	牛乳 麦ごはん 肉みそおでん 焼きししゃも ひよつづの酢の物 さつまいもスティック	乳 小麦、牛肉、大豆、豚肉、魚 小麦、卵、ごま、大豆	牛乳 さつまあげ 厚揚げ 合挽肉 子持ちししゃも ひよつづの 鶏糸卵	にんじん、だいこん、こんにゃく、いんげん きゅうり	こめ、麦 さといも、砂糖、サラダ油 緑豆はるさめ、砂糖、いりごま おさつスティック	600 22.9
12	火	牛乳 さけの混ぜずし 沢煮鮎 鶏肉の南部焼き	乳 小麦、卵、さけ、大豆、魚 小麦、大豆、豚肉 小麦、乳、ごま、大豆、鶏肉	牛乳 さけ骨皮なし、炒り卵、きざみのり ベーコン カットわかめ 鶏もも肉	にんじん、ごぼう、しいたけ、みつば にんじん、だいこん、しいたけ、ふなしめじ、えのきたけ、みつば	こめ、砂糖、サラダ油 小麦粉、バター、サラダ油、いりごま	663 30.8
13	水	牛乳 ごはん マーボー豆腐 ギョーザ パンサンデー	乳 小麦、ごま、大豆、豚肉 小麦、大豆、豚肉、貝 小麦、ごま、大豆、豚肉	牛乳 豚ひき肉 冷凍豆腐 ハム	しいたけ、にんじん、たけのこ、根深ねぎ、にら きゅうり、キャベツ	こめ サラダ油、砂糖、ごま油、でん粉 緑豆はるさめ、砂糖、ごま油、いりごま	643 24.5
14	木	牛乳 はちみつパン ごぼうのクリームスープ チリコンカン キャベツの酢漬	乳 小麦、乳、大豆 小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉 大豆、豚肉、トマト、ケチャップ 小麦	牛乳 ベーコン、牛乳 豚ひき肉、大豆、レッドキドニー	ごぼう、にんじん、玉ねぎ、パセリ 玉ねぎ、にんじん、ふなしめじ、ピーマン キャベツ、きゅうり	はちみつパン 小麦粉、バター 小麦粉、じゃがいも、砂糖 砂糖	580 24.4
15	金	牛乳 麦ごはん 冬野菜みそ汁 さばの竜田揚げ れんこんサラダ	乳 大豆 小麦、さば、大豆、魚 小麦、卵、ごま、大豆、豚肉、りんご、果物	牛乳 油揚げ 冷凍さば 焼き豚	だいこん、にんじん、こんにゃく、白菜、根深ねぎ 蓮根、にんじん、しらたき、きゅうり、キャベツ	こめ、麦 小麦粉、でん粉、揚げ油 サラダ油、ごま油、砂糖、いりごま、マヨネーズ	616 27.0
19	火	牛乳 なつほのかごはん 松浦鍋 上対馬とんちゃん みかん	乳 小麦、大豆 小麦、大豆、豚肉、りんご 果物	牛乳 ずりみ 豚肩ロース	白菜、だいこん、にんじん、しいたけ にんじん、しいたけ、もやし、キャベツ、おろしりんご みかん	こめ さといも サラダ油、黒砂糖、はちみつ	673 32.4
20	水	牛乳 ドライカレー かぶのスープ オムレツ グリーンサラダ	乳 小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉、魚、トマト、ケチャップ 小麦、大豆、鶏肉、豚肉、魚 卵、大豆 小麦、ごま、大豆	牛乳 豚ひき肉 ベーコン オムレツ カットわかめ	玉ねぎ、にんじん、ピーマン かぶ、小松菜、パセリ きゅうり、キャベツ	こめ、バター 小麦粉、バター サラダ油、じゃがいも、砂糖 砂糖	606 21.6
21	木	牛乳 黒砂糖パン チキンクリームシチュー レモンサラダ バナナ	乳 小麦、乳、大豆 小麦、乳、大豆、鶏肉 小麦、卵、大豆、豚肉、果物 バナナ、果物	牛乳 鶏もも肉、牛乳 ハム、鶏糸卵 バナナ	玉ねぎ、にんじん、かぶ、ほうれん草 キャベツ、きゅうり、ポッカレモン バナナ	黒砂糖パン サラダ油、じゃがいも、小麦粉、バター 砂糖、サラダ油	630 27.1
25	月	牛乳 ごはん 春雨と豆腐のスープ 酢豚 バナナ	乳 小麦、大豆 小麦、乳、大豆、鶏肉 小麦、大豆、豚肉、トマト バナナ、果物	牛乳 絹ごし豆腐 豚肩ロース	木くらげ、チンゲンサイ 玉ねぎ、にんじん、しいたけ、ピーマン バナナ	こめ 緑豆はるさめ でん粉、じゃがいも、揚げ油、サラダ油、砂糖	681 24.0
26	火	牛乳 かきあげ丼 なめこのみそ汁 のり酢あえ	乳 えび、小麦、卵、いか、大豆 大豆 小麦、大豆	牛乳 いか、むきエビ、卵 絹ごし豆腐、カットわかめ 刻みのり	とうもろこし、玉ねぎ、にんじん、みつば、だいこん なめこ、こねぎ きゅうり、キャベツ、ブロッコリー	こめ、小麦粉、揚げ油、砂糖 砂糖	581 22.0
27	水	牛乳 ごはん 白菜のクリーム煮 ポテトオムレツ 中華ドレッシングサラダ	乳 小麦、乳、大豆、鶏肉 小麦、卵、大豆、鶏肉、トマト 小麦、ごま、大豆	牛乳 かまぼこ、牛乳 鶏ひき肉、卵 カットわかめ	にんじん、玉ねぎ、白菜 玉ねぎ、にんじん、グリーンピース マヤドレッシング、ポテト、きゅうり、卵、ピーマン	こめ 小麦粉、バター サラダ油、じゃがいも、砂糖 ごま油、砂糖	601 23.3
28	木	牛乳 カレーうどん きびなごごまフライ さつまいものサラダ	乳 小麦、大豆、豚肉、魚、トマト 小麦、ごま、大豆、魚 小麦、卵、大豆、豚肉、りんご、果物	牛乳 豚バラ肉、さつまあげ きびなごフライ ハム	にんじん、玉ねぎ、ごぼう、こねぎ きゅうり、玉ねぎ、ポッカレモン	うどん、揚げ油 さつまいも、マヨネーズ	651 26.0
29	金	牛乳 麦ごはん 田舎汁 さけの南蛮揚げみかんソース 昆布あえ りんご	乳 大豆 小麦、さけ、大豆、魚、果物 小麦、ごま、大豆 りんご、果物	牛乳 厚揚げ サケ 昆布	だいこん、にんじん、ごぼう、しいたけ、こんにゃく 玉ねぎ、みかん、ジュース 白菜、にんじん、りんご	こめ、麦 さといも でん粉、小麦粉、揚げ油、砂糖 いりごま	584 26.2

献立を確認される場合はこちら

