



5月分学校給食予定献立表



山梨県立やまびこ支援学校

令和3年度

日	曜日	献立名			食品の種類とはたらき			エネルギー
		主食	副食	牛乳	あ	き	み	
					か	いろ	どり	
			血や肉になるもの	かや熱になるもの	体の調子をととのえるもの			
6	木	豆ごはん	鶏のからあげ 春雨サラダ 青菜のすまし汁 アップルシャーベット	○	わかめ チーズ 鶏肉 かにかま しらす干し 牛乳	米 麦 片栗粉 油 麩 春雨 酒 ドレッシング アップルシャーベット	グリーンピース しょうが にんにく キャベツ きゅうり しめじ 小松菜 人参	820 kcal
7	金	麦ごはん	チンジャオロース わかめサラダ 豆腐の中華スープ 果物	○	豚肉 わかめ 木綿豆腐 ハム 牛乳	米 麦 油 酒 砂糖 オイスターソース 中華だし 片栗粉 ドレッシング	竹の子 ビーマン 人参 コーン しめじ きゃべつ ブロccoli しいたけ 甘夏	750 kcal
10	月	麦ごはん	鶏肉の香草焼き 五目煮豆 みそ汁 手作りレモンゼリー	○	鶏肉 大豆 昆布 油揚げ みそ 牛乳	米 麦 こんにゃく 油 酒 砂糖 香草ミックス ゼリー	キャベツ ごぼう 人参 さやいんげん しめじ スナックエンドウ	830 kcal
11	火	麦ごはん ふりかけ	鯖の麹漬け焼き ひじきのサラダ 豚汁 果物	○	さば麹漬け 油揚げ 卵 ひじき 豚肉 かまぼこ みそ チーズ 牛乳	米 麦 油 マヨネーズ	人参 さやいんげん 大根 ねぎ ごぼう 枝豆 キウイ きゅうり	890 kcal
12	水	麦ごはん	チャブチェ シーザーサラダ かき玉スープ 果物	○	豚肉 ビーンズミックス 粉チーズ わかめ 豆腐 卵 牛乳	米 麦 油 焼き肉のタレ 中華だし ドレッシング ごま油 クルトン 片栗粉 春雨	人参 ビーマン 干し椎茸 青梗菜 玉ねぎ もやし オレンジ きゅうり キャベツ 赤ビーマン	700 kcal
13	木	麦ごはん	炒り豆腐 野菜の磯和え きのこ汁 とっとチーズ	○	豆腐 鶏肉 ひじき 卵 とっとチーズ 油揚げ 海苔 味噌 牛乳	米 麦 油 砂糖 酒 マヨネーズ ドレッシング	ねぎ 人参 玉ねぎ ごぼう ほうれん草 ブロccoli しめじ 枝豆 えのきだけ なめこ しいたけ	720 kcal
14	金	ミルクパン	マカロニグラタン 野菜のマリネ レタススープ 果物	○	鶏肉 チーズ 牛乳 ツナ	ミルクパン マカロニ 油 ベジタブルソース 砂糖 コンソメ 酢	玉ねぎ アスパラ マッシュルーム きゃべつ 黄ビーマン 赤ビーマン ミックスベジタブル もも巾 ブロccoli レモン汁 干し椎茸 レタス トマト	870 kcal
17	月	ゆかりごは ん	イカの生姜焼き きのこサラダ けんちん汁 果物	○	いか ハム 油揚げ 牛乳 豆腐	米 麦 里芋 ドレッシング	ゆかり エリンギ ぶなしめじ 干し椎茸 キャベツ しょうが コーン ごぼう 大根 人参 スナックエンドウ オレンジ	670 kcal
18	火	麦ごはん	回鍋肉 切り干し大根のごま和え すまし汁 青梅ゼリー	○	豚肉 みそ かまぼこ 牛乳	米 麦 ごま油 砂糖 焼麩 酒 ゼリー 酢 ごま 豆板醤	キャベツ 玉ねぎ 人参 みつば きくらげ ビーマン ねぎ しょうが 切り干し大根 ほうれん草 干し椎茸	750 kcal
19	水	麦ごはん	ささみのレモン醤油かけ わらびの卵とじ 豆腐とトマトのスープ 果物	○	ささみ さつま揚げ 豆腐 卵 牛乳	米 麦 片栗粉 酒 油 砂糖 ごま油 とりがら みりん	しょうが レモン汁 わらび 小松菜 玉ねぎ 干し椎茸 ねぎ トマト パナナ	800 kcal
20	木	麦ごはん	鮭のマヨネーズ焼き 肉じゃが 呉汁 果物	○	鮭 豚肉 挽き割り大豆 みそ 豆乳 牛乳	米 麦 砂糖 油 じゃがいも しらたき 里芋 こんにゃく マヨネーズ	人参 スナックエンドウ コーン 玉ねぎ ごぼう 大根 マッシュルーム えのきだけ ねぎ パイン	870 kcal
21	金	肉うどん	キス天、ちくわの磯辺揚げ きゃべつのごま和え 抹茶蒸しケーキ	○	豚肉 なると 油揚げ キス 竹輪 青のり かまぼこ 牛乳	うどん 酒 みりん 砂糖 小麦粉 ごま 油 蒸しケーキ	干し椎茸 人参 ねぎ ほうれん草 キャベツ えのき もやし	850 kcal
24	月	麦ごはん	豚肉の卵炒め 枝豆ときゅうりのサラダ 山菜のみそ汁 焼プリンタルト	○	卵 豚肉 わかめ ビーンズミックス 豆腐 ささみフレック みそ 牛乳	米 麦 油 コンソメ ドレッシング タルト	玉ねぎ 人参 コーン さやいんげん 枝豆 キャベツ 山菜ミックス きゅうり	760 kcal
25	火	麦ごはん	カツオフライ かぼちゃとオクラの煮物 春雨スープ 果物	○	カツオ 卵 牛乳	米 麦 小麦粉 中華だし パン粉 油 砂糖 ごま ソース 春雨	かぼちゃ オクラ 人参 きくらげ ねぎ 白菜 洋ナシ缶	800 kcal
26	水	バター ロールパン	鶏肉のトマト煮 カリフラワーのサラダ ポトフ 果物	○	鶏肉 卵 ウィナー あさり 牛乳	パン ケチャップ 砂糖 油 ドレッシング バター マヨネーズ	キャベツ カリフラワー 黄ビーマン 人参 きゅうり 玉ねぎ トマト しょうが やさいミックス オレンジ	780 kcal
27	木	シーフード カレーライス	海藻とれんこんのサラダ フルーチェ	○	シーフードミックス ツナ 海藻ミックス 牛乳	米 麦 じゃがいも 油 カレーウ ケチャップ フルーチェ ソース マヨネーズ ドレッシング	人参 玉ねぎ 蓮根 きゅうり コーン パイン缶 みかん缶	860 kcal
28	金	焼きそば	花野菜サラダ グリーンピースのポターージュ 手作りピーチゼリー	○	豚肉 卵 レンズ豆 生クリーム 牛乳	中華麺 油 マヨネーズ ドレッシング バター 焼きそばソース コンソメ ゼリー	キャベツ もやし 人参 きゅうり ビーマン 玉ねぎ ブロccoli カリフラワー グリーンピース オニオンソテー	810 kcal
31	月	チャーハン	エビシウマイ もやしのナムル 中華スープ フルーツ杏仁	○	豚肉 しゅうまい 牛乳	米 麦 杏仁豆腐 油 ドレッシング 中華だし	玉ねぎ 人参 ビーマン 生姜 もやし 小松菜 ぜんまい キクラゲ チンゲン菜 ミカン缶 パイン缶	740 kcal
								平均 793 kcal

食材料購入等の都合により献立名、材料等が変更になる場合があります。

以上 18 回



令和3年5月 寄宿舍食予定献立表



山梨県立やまびこ支援学校

日	曜日	朝食	夕食
6	木		ごはん 和え ポークピカタ すまし汁 ホットサラダ 酢味噌
7	金	ごはん みそ汁 さばの生姜煮 もやし炒め オクラのおかか和え	
10	月		ごはん 肉豆腐 しゅうまい ごま和え ショア
11	火	ごはん みそ汁 納豆 焼き海苔 の煮物 なめ茸和え	えびピラフ クラムチャウダー フラ イドポテト グリーンサラダ
12	水	パン オムレツ コンソメスープ 野菜のドレッシング和え ショア	ごはん 鶏肉のみそ焼き 厚揚げの卵とじ き くらげスープ キウイ
13	木	ごはん みそ汁 つくね串 もや しのカレーソテー 煮豆	キムチチャーハン わかめスープ シー フードサラダ 甘夏
14	金	ごはん みそ汁 カリフラワーの塩炒め いん げんのごま和え 漬物	
17	月		ハヤシライス らっきょう漬け シュリ アンソテー パナナ
18	火	ごはん みそ汁 豆腐ハンバーグ 煮 浸し ゆかり和え	ごはん 酢豚 春雨の中華和え ねぎ のスープ キウイ
19	水	パン コーンスープ ポテトカップグラタン サ ラダ ヨーグルト	ごはん 揚げ出し豆腐の野菜あんかけ ビーフンソテー わかめスープ
20	木	ごはん みそ汁 オムレツ きゅうりのみそ炒め 漬物	ごはん コンソメスープ 焼きマーボー 小松 菜のソテー オレンジ
21	金	ごはん みそ汁 納豆 焼き海苔 キャベツソテー 煮浸し	
24	月		ごはん みそ汁 鮭の香味焼き ゆかり和え かぼちゃのそぼろあんかけ
25	火	ごはん みそ汁 目玉焼き 煮物 漬物	ごはん 中華スープ チンジャオロース 焼売 オレンジ
26	水	ごはん みそ汁 ウィンナー もやしとピーマンのソテー のり佃和え	ごはん 鯖のみそ煮 五目きんぴら すま し汁 ショア
27	木	ごはん みそ汁 肉団子 が んもどきの洋風煮 ふりかけ	ごはん 卵スープ 鮭とチーズのカツ 大根 の煮付け キウイ
28	金	ごはん みそ汁 納豆 焼き海苔 ツ ナの甘辛煮 おひたし	
31	月		ごはん 鶏肉のソテーきのこソース 野 菜スープ マカロニサラダ オレンジ

