

8.9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 kcal	
		主食	副食	牛乳	あか	きいろ	みどり		
					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		
8月	31	火	カレーライス	福神漬け コールスローサラダ フルーツヨーグルト	○	豚肉 ビーンズミックス ハム ヨーグルト 牛乳	米 麦 油 カレールウ ドレッシング ケチャップ じゃがいも ソース	玉ねぎ 人参 だいこん キャベツ コーン パナナ パイン缶 みかん缶	870 kcal
9月	1	水	わかめごはん	鶏のから揚げ ツナサラダ 豆腐とトマトのスープ 巨峰	○	鶏肉 ツナ 豆腐 わかめ 牛乳	米 麦 油 ドレッシング ごま油 片栗粉	しょうが にんにく キャベツ ブロッコリー ピーマン ヤングコーン 玉ねぎ ねぎ トマト 巨峰	800 kcal
	2	木	麦ごはん	鮭のマヨネーズ焼き 五目煮豆 みそ汁 はちみつレモンゼリー	○	鮭 大豆 昆布 油揚げ 甲州みそ 牛乳	米 麦 マヨネーズ 油 砂糖 ゼリー	人参 いんげん 玉ねぎ スナックエンドウ マッシュルーム ごぼう コーン	780 kcal
	3	金	サラダうどん	ゴーヤチャンプルー 手作りかぼちゃ蒸しパン	○	豚肉 押し豆腐 卵 ツナ 牛乳	うどん ごま油 砂糖 油 マヨネーズ 蒸しパンミックス ごま	きゅうり もやし コーン 干し椎茸 ゴーヤ 玉ねぎ 人参 しめじ かぼちゃ	840 kcal
	6	月	チキンライス	ポテトカップグラタン 花野菜サラダ 春雨スープ 手作り青りんごゼリー	○	鶏肉 ポテトカップグラタン 牛乳	米 麦 砂糖 ケチャップ ごま油 ソース 油 マヨネーズ 春雨 ゴマ ドレッシング ゼリー	玉ねぎ ミックベジタブル カリフラワー きくらげ マッシュルーム えだまめ いら ねぎ ブロッコリー 人参 きゅうり	700 kcal
	7	火	麦ごはん	麻婆なす ブロッコリーのナッツ和え なるとのすまし汁 果物	○	豚肉 なると 牛乳	米 麦 ごま油 麻婆豆腐の素 砂糖 ごま 片栗粉 ピーナッツ	なす 玉ねぎ ピーマン 人参 にんにく しょうが ねぎ ブロッコリー きゅうり えのきだけ 小松菜 パイン	700 kcal
	8	水	梅しらすご飯	さばの塩麹漬け ごぼうの煮物 みそ汁 果物	○	さば 油揚げ しらす 甲州みそ 牛乳	米 麦 油 砂糖 こんにゃく	ごぼう 人参 さやいんげん 干し椎茸 なす えのき オレンジ	820 kcal
	9	木	麦ごはん	春巻き アーモンド和え ザーサイスープ 果物	○	春巻き ささみフレーク 牛乳	米 麦 油 ごま油 砂糖 アーモンド 酢	切り干し大根 ほうれん草 たけのこ 人参 ザーサイ ねぎ 梨	710 kcal
	10	金	ミートソース スパゲティ	野菜のマリネ フルーツミックス	○	豚肉 粉チーズ ツナ 牛乳	スパゲティ オリーブ油 コンソメ ソース 片栗粉 ケチャップ 酢 油 ゼリー	玉ねぎ 人参 にんにく なす マッシュルーム パセリ トマト パプリカ ブロッコリー キャベツ 洋ナシ缶 みかん缶 パイン缶	830 kcal
	13	月	中華丼	わかめとチーズのサラダ ワンタンスープ マーラーカオ	○	豚肉 えび うすら卵 わかめ チーズ 牛乳	米 麦 油 砂糖 中華だし 酒 片栗粉 マーラーカオ ワンタン ドレッシング	白菜 たけのこ 人参 ねぎ きくらげ しょうが 玉ねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン キャベツ いら	830 kcal
	14	火	キムタクごはん	シューマイ キャベツのごま和え ポパイスープ 洋ナシコンポート	○	豚肉 しゅうまい 牛乳	米 麦 油 ごま 砂糖	人参 白菜 たくあん ねぎ チンゲン菜 キャベツ さやいんげん ほうれん草 えのきだけ コーン 洋ナシ	780 kcal
	15	水	麦ごはん	あんかけかに玉 もやしのナムル わかめスープ シャインマスカット	○	卵 かにかま わかめ 木綿豆腐 牛乳	米 麦 油 砂糖 片栗粉 ごま ケチャップ 酢 ドレッシング	たけのこ 玉ねぎ 人参 しょうが ネギ 干し椎茸 もやし 小松菜 ぜんまい シャインマスカット	720 kcal
	16	木	麦ごはん	コロッケ じゃこ菜豆炒め 豚汁 果物	○	コロッケ 大豆 生揚げ しらす 豚肉 甲州みそ ビーンズミックス 牛乳	米 麦 油 こんにゃく ごま さといも ソース	小松菜 キャベツ 大根 にんにく 人参 ネギ パナナ	840 kcal
	17	金	麦ごはん	しいらのムニエル ひじきの炒り煮 もすくのスープ 手作りぶどうゼリー	○	しいら ひじき 油揚げ 牛輪 もすく ほたて貝柱 牛乳	米 麦 マーガリン 薄力粉 こんにゃく 油 砂糖 片栗粉 ゼリー	にんじん あさつき 人参 さやえんどう	730 kcal
	21	火	さつまいも ごはん	うさぎハンバーグ おかか和え 里芋汁 十五夜ゼリー	○	ハンバーグ かつお節 油揚げ 木綿豆腐 かまぼこ かまぼこ 豆ミックス 牛乳	米 麦 さつまいも ごま ケチャップ ソース バター 砂糖 里芋 ゼリー	ほうれん草 人参 大根 しいたけ ねぎ カリフラワー きゅうり	820 kcal
	22	水	エビカツバーガー	カリフラワーサラダ サーモン入りシチュー 果物	○	エビカツ サーモン 生クリーム 牛乳	丸パン 油 ソース ベジマメルソース マヨネーズ ドレッシング	キャベツ カリフラワー きゅうり にんじん たまねぎ しめじ ブロッコリー パナナ	780 kcal
	24	金	麦ごはん	鶏肉の味噌焼き 茹でブロッコリー 卵の花炒り すまし汁 梨ゼリー	○	鶏もも肉 甲州みそ おから 絹ごし豆腐 牛乳	米 麦 栗 砂糖 ごま 油 こんにゃく 梨ゼリー	ブロッコリー ねぎ 人参 玉ねぎ ミックスベジタブル ほうれん草	770 kcal
	27	月	麦ごはん	豚肉のしょうが炒め 切り干し大根のサラダ とろろ昆布汁 果物	○	豚肉 油揚げ 里芋 とろろ昆布 牛乳	米 麦 油 ごま ドレッシング	生姜 もやし 人参 玉ねぎ ピーマン しめじ 切り干し大根 干し椎茸 きゅうり あさつき なし	750 kcal
	28	火	親子丼	野菜のゆかり和え みそ汁 手作りオレンジゼリー	○	鶏肉 卵 油揚げ 牛乳	米 麦 酒 砂糖 里芋 ゼリー	しょうが 玉ねぎ 小松菜 人参 もやし きゅうり ゆかり スナックエンドウ	790 kcal
	29	水	揚げパン (きなこ)	ミモザサラダ 水餃子 アップルシャーベット	○	炒り玉子 きなこ 豚肉 鶏肉 牛乳	パン 油 砂糖 小麦粉 マヨネーズ ドレッシング ごま油 いりごま アップルシャーベット	ブロッコリー カリフラワー 人参 きゅうり キャベツ ねぎ しょうが 干し椎茸	740 kcal
	30	木	ハヤシライス	野菜サラダ フルーチェ	○	豚肉 生クリーム ツナフレーク 牛乳	米 麦 油 ケチャップ ハヤシルウ ソース ドレッシング	たまねぎ しめじ マッシュルーム 人参 にんにく トマト みかん缶 きしゃべつ パイン缶	830 kcal
								平均	
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。								780 kcal	
								以上21回	



令和3年8・9月 寄宿舎食予定献立表

8月の給食目標
「暑さに負けない食事をしよう」



山梨県立やまびこ支援学校

日	曜日	朝 食	夕 食
8/30	月	(昼食) キムチチャーハン きくらげスープ ツナサラダ 冷ややっこゼリー	焼きうどん あえものミートボール入りスープ ヨーグルト
31	火	ごはん みそ汁 魚の葱焼き 野菜炒め 煮豆 ぶりかけ	ごはん 中華スープ 青椒肉絲 焼売 バナナ
9/1	水	ごはん みそ汁 ウィンナー なすのみそ炒め ショア	ごはん みそ汁 揚げ餃子 キャベツの炒めもの きゅうりのゆかり和え
2	木	ごはん みそ汁 納豆 焼きのり プロッコリーのソテー オレンジ	ピピン丼 ちくわのキムチ炒め 野菜のスープ ヤクルト
3	金	パン コンソメスープ オムレツ 茹で野菜サラダ 野菜ジュース	
6	月		焼きそば 中華スープ きゅうりの胡麻酢餃子
7	火	ごはん みそ汁 目玉焼き キノコソテー しば漬け ヤクルト	ごはん スープ たまごの甘酢あん さつま揚げと大根の煮物 お浸し
8	水	ごはん みそ汁 焼き魚 じゃがいもの煮物 昆布佃煮	ごはん みそ汁 野菜の肉巻き ホットサラダゼリー
9	木	ごはん みそ汁 納豆 焼きのり 大根の煮つけ 漬物	ごはん アジのおろし煮 マーボーナス 茹で野菜 オレンジ
10	金	ごはん みそ汁 肉団子 グリーンサラダ ぶりかけ	
13	月		ハヤシライス らっきょう漬け シュリアンソテー オレンジ
14	火	ごはん みそ汁 サバの味噌煮 野菜ソテー ぶりかけ	イカたらこスパゲティー オクラのサラダ 秋のシチュー バナナ
15	水	ごはん みそ汁 カリフラワー炒め 信田煮 漬物	ごはん 鶏肉の香味みそ 大根のサラダ エノキのソテー ぶどう
16	木	パン コーンポタージュ ロールキャベツ ポテトきんぴら ショア	ごはん さんまのかば焼き 豆腐のあんかけ ソテー キウイフルーツ
17	金	ごはん みそ汁 納豆 焼きのり がんもの煮物 漬物	
21	火		オムライス 野菜スープ 海藻サラダ ショア
22	水	ごはん みそ汁 目玉焼き ポイルウィンナー ツナサラダ 漬物	
27	月		カレーうどん キノコのオイスターソース炒め ヨーグルト和え
28	火	パン オムレツ ポタージュ 野菜のみそ炒め ショア	ごはん みそ汁 レンコンのはさみ揚げ 厚揚げの煮物 お浸し 梨
29	水	ごはん みそ汁 焼き豆腐のおろし煮 わかめサラダ ぶりかけ	ごはん おでん 茄子炒め 茹で野菜 なめらかプリン
30	木	ごはん みそ汁 納豆 焼きのり 野菜炒め 漬物	ごはん プルコギ ドレッシング和え さつま汁