

# 2月分学校給食予定献立表

令和3年度

山梨県立やまびこ支援学校

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	
			血や肉になるもの	力や熱になるもの	体の調子をととのえるもの			
1	火	麦ごはん	ホキの照りマヨ焼き クープイリチー みぞれ汁 果物	○ ホキ 生揚げ 細切り昆布 絹ごし豆腐 ふじざくらポーク 牛乳	米 麦 みりん マヨネーズ 油 砂糖 片栗粉	人参 干し椎茸 ねぎ ほうれん草 大根 パナナ	700 kcal	
2	水	麦ごはん	鶏肉のピーナッツ絡め 海藻とれんこんのサラダ みそ汁 果物	○ 鶏肉 海藻ミックス 絹ごし豆腐 わかめ 甲州味噌 牛乳	米 麦 片栗粉 みりん 油 砂糖 酒 マヨネーズ ドレッシング ピーナッツ	れんこん きゅうり 人参 コーン 白菜 大根 みかん	750 kcal	
3	木	大豆ごはん	かつおフライ 肉じゃが つみれ汁 福豆	○ 大豆 ふじざくらポーク つみれ わかめ かつお かまぼこ 卵 牛乳	米 麦 じゃがいも 油 しらたき 砂糖 みりん 酒 ソース 薄力粉 パン粉	人参 グリンピース 玉ねぎ ねぎ ごぼう	840 kcal	
4	金	キャロット ロール	ポテトグラタン ごまドレサラダ 白菜のスープ シュークリーム	○ 鶏肉 ささみフレーク チーズ ベーコン 海藻ミックス 牛乳	パン 油 ベシヤメルソース ドレッシング じゃがいも シュークリーム	たまねぎ しめじ ほうれん草 カリフラワー 赤ピーマン 白菜 もやし	720 kcal	
7	月	ハヤシライス	野菜サラダ フルーチェ	○ 豚肉 バター 生クリーム かにかま 牛乳	米 麦 油 片栗粉 ソース ハヤシルウ ドレッシング ケチャップ フルーチェ ナタデココ	たまねぎ しめじ マッシュルーム缶 キャベツ 人参 にんにく グリーンピース トマト きゅうり バイン缶 みかん缶	800 kcal	
8	火	麦ごはん	豚肉のすき焼き風 ツナサラダ みそ汁 果物	○ ふじざくらポーク 焼き豆腐 わかめ ツナフレーク 油揚げ 甲州味噌 牛乳	米 麦 砂糖 酒 しらたき ドレッシング 油	えのきだけ ねぎ 白菜 コーン キャベツ ブロッコリー たまねぎ 人参 ぼんかん	730 kcal	
9	水	揚げパン (きなこ)	ミモザサラダ スープパゲティ 洋ナシ	○ 卵 鮭切り身 生クリーム きなこ 牛乳	パン 油 マヨネーズ 砂糖 ドレッシング スパゲティ 油 ベシヤメルソース	ブロッコリー カリフラワー 人参 ほうれん草 きゅうり キャベツ 玉ねぎ マッシュルーム缶 洋ナシ	820 kcal	
10	木	わかめごはん	鯖のみそ煮 きゃべつのごまあえ なめこのみそ汁 手作りストロベリーゼリー	○ 鯖 みそ 豆腐 油揚げ わかめ かまぼこ 牛乳 甲州味噌	米 麦 砂糖 いりごま ゼリー	きゃべつ えのき しめじ ねぎ なめこ	760 kcal	
14	月	チキンライス	ハートのハンバーグ わかめとチーズのサラダ コンソメスープ バレンタインデザート	○ 鶏肉 わかめ チーズ ウインナー ハンバーグ 牛乳	米 麦 油 バター ソース 砂糖 じゃがいも ケチャップ コンソメ ドレッシング プリン	玉ねぎ ミックスベジタブル マッシュルーム缶 ブロッコリー 赤ピーマン 黄ピーマン キャベツ	770 kcal	
15	火	麦ごはん	エビカツ 切り干し大根の煮物 みそしる 果物	○ エビカツ さつま揚げ 刻み昆布 絹ごし豆腐 甲州味噌 牛乳	米 麦 油 砂糖 ソース みりん	切り干し大根 人参 干し椎茸 なめこ ねぎ いちご	690 kcal	
16	水	チョコくるく るパン	鶏肉のピザ焼き ほうれん草サラダ ポトフ 果物	○ 鶏肉 チーズ ウインナー あさり 牛乳	パン コンソメ ケチャップ マヨネーズ ドレッシング	玉ねぎ ピーマン マッシュルーム かぶ キャベツ 人参 ほうれん草 大根 しめじ ブロッコリー オレンジ	810 kcal	
17	木	麦ごはん	あんかけかに玉 もやしのナムル もずくのスープ ヨーグルト	○ 卵 かにかま もずく ほたて貝柱水煮 ヨーグルト 牛乳	米 麦 酒 油 砂糖 酢 コンソメ ケチャップ ドレッシング 片栗粉	だけのこ 玉ねぎ 人参 ねぎ 干し椎茸 ぜんまい もやし 小松菜 あさつき	720 kcal	
18	金	煮込みうどん	かき揚げ ゆかり和え ゆず蒸しパン	○ ふじざくらポーク えび なると 油揚げ 牛乳	うどん 小麦粉 油 ホットケーキミックス みりん ゆずジャム	干し椎茸 人参 ねぎ ごぼう 春菊 ほうれん草 大根 ゆかり	780 kcal	
21	月	麦ごはん	唐揚げ ハンサンスー 豚汁 手作り青りんごゼリー	○ 鶏肉 ささみ 卵 豚肉 生揚げ 甲州味噌 牛乳	米 麦 油 砂糖 酒 片栗粉 春雨 酢 ごま油 炒りごま 里芋 ゼリー	しょうが にんにく ごぼう にんじん きゅうり だいこん ねぎ	880 kcal	
22	火	ほうとう	魚の照り焼き おかか和え 富士山ワッフル	○ 油揚げ 鶏肉 甲州みそ かまぼこ かつお節 まだい 牛乳	ほうとう じゃがいも 油 砂糖 富士山ワッフル みりん	人参 大根 しめじ 白菜 かぼちゃ ほうれん草 ねぎ	680 kcal	
24	木	キムタクごは ん	蒸し焼売 海藻サラダ 豆腐の中華スープ チーズ	○ 豚肉 海藻ミックス 木綿豆腐 焼売 ハム チーズ 牛乳	米 麦 ごま油 油 いりごま 砂糖	人参 キムチ たくあん ねぎ きゅうり 干し椎茸 きゃべつ コーン パナナ	720 kcal	
25	金	麦ごはん	鶏肉のトマト煮 野菜サラダ 野菜スープ 果物	○ 鶏肉 焼き豆腐 ツナフレーク 油揚げ みそ 牛乳	米 麦 砂糖 ケチャップ しらたき ドレッシング マーガリン みりん	黄ピーマン ミックスベジタブル トマト キャベツ ブロッコリー 赤ピーマン ヤングコーン 大根 人参 パナナ	650 kcal	
28	月	麦ごはん	ハンバーグデミソース 野菜の磯和え トマトスープ 果物	○ ハンバーグ 卵 牛乳	米 麦 ソース バター 砂糖 ケチャップ ビーフシチューの素	玉ねぎ しめじ マッシュルーム缶 ほうれん草 ブロッコリー 枝豆 パイン	720 kcal	
							平均 713 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 19回



## 令和4年2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
1	火	パン コンスープ チキンのオープン焼き 野菜サラダ ヨーグルト	煮込みうどん 天ぷら 酢みそ和え 原宿ドッグ
2	水	ごはん みそ汁 厚揚げの卵とじ 野菜のみそ炒め ぶりかけ	ごはん 野菜の肉巻き ホットサラダ みそ汁 いちご
3	木	ごはん みそ汁 納豆 小松菜と切り干し大根の炒め煮 焼き海苔 ヤクルト	ごはん 豆乳鍋 きんぴらごぼう パイン
4	金	ごはん みそ汁 焼魚 なめたけ和え ぶりかけ	
7	月		チャーハン ニラ玉甘酢あんかけ 焼売セレクト ザーサイスープ ケーキセレクト
8	火	パン かぶのスープ オムレツ もやしとカリフラワーのソテー ショア	ごはん 酢豚 春雨の中華和え ネギのスープ オレンジ
9	水	ごはん みそ汁 納豆 焼き海苔 いかと大根の煮物 漬物	カレーうどん カブのたらこ和え 湯豆腐 ヤクルト
10	木	ごはん みそ汁 たれ付き肉団子 ほうれん草のお浸し ぶりかけ	
14	月		肉丼 アスパラ炒め ほうれん草とえのきのおひたし ショア
15	火	ごはん みそ汁 いかのみりん焼き 南瓜の煮物 ぶりかけ りんご	ごはん 揚げ餃子 青椒肉絲 中華スープ みかん
16	水	ごはん みそ汁 納豆 焼きのり 竹輪ときゃべつのソテー ヤクルト	オムライス わかめのスープ グリーンサラダ フルーツポンチ
17	木	ごはん みそ汁 つくね串 中華炒め 漬物	わかめごはん 鶏肉の照り焼き フライドポテト ほうれん草のソテー なめこ汁
18	金	ごはん みそ汁 アンサンブルエッグ 里芋の煮物 ヨーグルト	
21	月		ごはん 豚肉のぴり辛焼き 厚揚げの卵とじ すまし汁 プリン
22	火	ごはん みそ汁 納豆 焼き海苔 アスパラ炒め ショア	
24	木		カツカレー ツナサラダ オレンジ
25	金	ごはん みそ汁 もやしとウインナーのソテー がんも煮 漬物	
28	月		ごはん 魚のマヨネーズ焼き 白菜と豚肉の煮物 けんちん汁 パナナ

\*献立は都合により変更になる場合があります。

