



# 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4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	か	き	
					いろ	み	どり	
こどもの日こんだて					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	
2	月	竹の子ごはん	鯖の西京焼き アーモンド和え すまし汁 子どもの日ゼリー	○	油揚げ 鯖 ひじき わかめ 豆腐 甲州味噌 牛乳	米 麦 酒 砂糖 酢 麩 アーモンド粉 ゼリー	たけのこ 干し椎茸 人参 キャベツ ほうれん草 しめじ 玉ねぎ	670 kcal
6	金	麦ごはん	ささみチーズフライ マカロニサラダ みそ汁 アップルシャーベット	○	ささみチーズフライ ハム 豆腐 わかめ 生揚げ 甲州味噌 牛乳	米 麦 マカロニ ソース マヨネーズ 油 アップルシャーベット	コーン 枝豆 ねぎ	770 kcal
9	月	チャーハン	餃子 もやしのナムル 中華スープ フルーツ杏仁	○	豚肉 餃子 牛乳	米 麦 杏仁豆腐 油 ドレッシング 中華だし	玉ねぎ 人参 ピーマン 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	760 kcal
10	火	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 甲州味噌 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	790 kcal
11	水	麦ごはん ふりかけ	まだいの照り焼き ひじきのサラダ 豚汁 果物	○	まだい 油揚げ 卵 ひじき ふじさくらポーク かまぼこ 甲州味噌 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 パナナ きゅうり	840 kcal
12	木	麦ごはん	コロッケ シーザーサラダ かき玉スープ 果物	○	コロッケ ビーンズミックス 粉チーズ わかめ 豆腐 卵 牛乳	米 麦 油 ソース 中華だし ドレッシング ごま油 クルトン 片栗粉	きゅうり キャベツ 玉ねぎ 赤ピーマン オレンジ	740 kcal
13	金	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 甲州味噌 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 ブロッコリー しめじ 枝豆 えのきだけ なめこしいたけ	700 kcal
16	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 ヨーグルト	○	いか ハム 油揚げ 牛乳 豆腐 ヨーグルト	米 麦 里芋 ごま油 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	670 kcal
17	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	○	ふじさくらぼーく 甲州味噌 かまぼこ 牛乳	米 麦 ごま油 砂糖 焼麩 酒 ゼリー 麩 酢 ごま 豆板醤	キャベツ 玉ねぎ 人参 みつば きくらげ ピーマン ねぎ しょうが 切り干し大根 ほうれん草 干し椎茸	720 kcal
18	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	770 kcal
19	木	麦ごはん	鮭のマヨネーズ焼き 肉じゃが 呉汁 果物	○	鮭 ふじさくらポーク 挽き割り大豆 甲州味噌 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
20	金	うどん	ちくわの磯辺揚げ きゃべつのごま和え 抹茶蒸しケーキ	○	鶏肉 なた 油揚げ 竹輪 青のり かまぼこ 牛乳	うどん 酒 みりん 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	670 kcal
23	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 ささみフレーク 甲州味噌 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	810 kcal
24	火	麦ごはん	魚のタルタルソース かぼちゃとオクラの煮物 春雨スープ 果物	○	メルルーサ 卵 牛乳	米 麦 小麦粉 中華だし パン粉 油 砂糖 ごま タルタルソース 春雨	かぼちゃ オクラ 人参 きくらげ ねぎ 白菜 きゃべつ 洋ナシ缶	800 kcal
25	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 ウィンナー あさり 牛乳	パン ケチャップ 砂糖 油 ドレッシング みりん バター マヨネーズ	キャベツ カリフラワー 黄ピーマン 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	760 kcal
26	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 カレールー 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	810 kcal
27	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	○	ふじさくらポーク 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 ピーマン 玉ねぎ ブロッコリー カリフラワー グリーンピース オニオンソテー	730 kcal
30	月	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 ソース オイスターソース 中華だし 片栗粉 ドレッシング	竹の子 ピーマン 人参 コーン しめじ きゃべつ ブロッコリー 干しいたけ 甘夏	710 kcal
31	火	麦ごはん	揚げ出し豆腐あんかけ きのこサラダ ベーコンスープ もも缶	○	豆腐 ふじさくらポーク ハム ベーコン 牛乳	米 麦 油 砂糖 みりん 片栗粉 コンソメ ドレッシング	干しいたけ 枝豆 エリンギ コーン 玉ねぎ ミックスベジタブル 桃缶	770 kcal
							平均	764 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
9	月		ごはん 肉豆腐 しゅうまい ごま和え ショア
10	火	ごはん みそ汁 納豆 焼き海苔 里芋の煮物 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
11	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 厚揚げの卵とし きくらげスープ キウイ
12	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
13	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	
16	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
17	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
18	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
19	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
20	金	ごはん みそ汁 納豆 焼き海苔 キャベツソテー 煮浸し	
23	月		ごはん みそ汁 鮭の香味焼き ヤクルト ゆかり和え かぼちゃのそぼろあんかけ
24	火	ごはん みそ汁 目玉焼き 煮物 漬物	ごはん 中華スープ チンジャオローズ 焼売 オレンジ
25	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
26	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
27	金	ごはん みそ汁 納豆 焼き海苔 ツナの甘辛煮 おひたし	
30	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
31	火	ごはん みそ汁 納豆 焼き海苔 コーンときのこのソテー きゅうりもみ	いかたらこスパゲティ ポトフ グリーンサラダ ショア

