

6月分学校給食予定献立表

令和4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 kcal
		主食	副食	牛乳	あか	きいろ	みどり	
					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	
中2年 リクエスト								
1	水	麦ごはん	ハンバーグ マカロニサラダ コーンスープ パナナ	○	ハンバーグ 卵 ハム チーズ 牛乳	米 麦 マヨネーズ マカロニ ソース ケチャップ ビーフシチューの素 パター	人参 たまねぎ コーン しめじ きゅうり パナナ	790 kcal
栃木の日								
2	木	麦ごはん	餃子 かんぴょうの胡麻酢あえ 湯葉のすまし汁 いちごゼリー	○	餃子 湯葉 牛乳	米 麦 ごま 酢 ゼリー 砂糖	かんぴょう にんじん キャベツ コーン 小松菜 きゅうり 玉ねぎ	730 kcal
歯と口の健康週間 かみかみ献立								
3	金	枝豆ごはん	イカフライ ごぼうサラダ なめこのみそ汁 丹波黒&小魚	○	わかめ チーズ しらす干し イカ ツナ 甲州味噌 豆腐 丹波黒&小魚 牛乳	米 麦 油 ソース マヨネーズ ケチャップ ごま	枝豆 キャベツ ごぼう 人参 きゅうり ねぎ なめこ	780 kcal
6	月	ハヤシライス	コールスローサラダ フルーツ和え	○	豚肉 生クリーム ハム 牛乳	* 麦 油 パター ビーフシチュー ハヤシルウ ドレッシング ソース ケチャップ ゼリー	しめじ マッシュルーム トマト にんにく 人参 キャベツ グリーンピース コーン パイン缶 もも缶 みかん缶	840 kcal
中A組 リクエスト								
7	火	麦ごはん	から揚げ 野菜の磯和え みそ汁 焼プリンタルト	○	鶏肉 卵 海苔 牛乳	米 麦 酒 片栗粉 心 油 酢 砂糖 マヨネーズ ドレッシング 焼プリンタルト	生姜 にんにく ほうれん草 枝豆 フロッコリー しめじ にんじん こまつな えのきだけ	790 kcal
8	水	食パン キャラメルパテ	タンドリーチキン シーザーサラダ コンソメスープ オレンジ	○	鶏肉 チーズ ウィンナー ヨーグルト ハム 豚肉 ビーンズミックス 牛乳	パン 油 ケチャップ キャラメル カレー粉 砂糖 クルトン ドレッシング じゃがいも パター	玉ねぎ にんにく 人参 きゅうり キャベツ 赤ピーマン しょうが オレンジ	630 kcal
9	木	麦ごはん	ほきのピザ焼き 里芋のそぼろ煮 もやしのスープ 果物	○	ほき 豚肉 チーズ 牛乳	米 麦 油 砂糖 里芋 ピザソース ケチャップ 片栗粉 酒	玉ねぎ 人参 ピーマン もやし さやいんげん なら パイン	730 kcal
入梅献立								
10	金	梅しらす ごはん	枝豆しゅうまい ごぼうの煮物 すまし汁 あじさいゼリー	○	枝豆しゅうまい しらす わかめ 豆腐 牛乳	米 麦 こんにゃく 油 砂糖 酒 ゼリー	梅 ごぼう にんじん たまねぎ 干しいだけ	700 kcal
13	月	鮭チャーハン	ナムル ワンタンスープ 洋ナシ缶	○	鮭 卵 牛乳	米 麦 ワンタン 油 ドレッシング 中華だし	にんじん ピーマン 洋ナシ缶 しょうが ほうれん草 もやし ぜんまい なら きくらげ ねぎ	670 kcal
14	火	麦ごはん	揚げ魚の甘酢あんかけ ひじきの炒り煮 根菜汁 果物	○	メルルーサ ひじき 甲州味噌 牛乳 油揚げ ちくわ	米 麦 こんにゃく 油 さといも 片栗粉 砂糖 酢	玉葱 えのきだけ 人参 干し椎茸 さやいんげん ごぼう 大根 スナックえんどう オレンジ	730 kcal
中3年 リクエスト								
15	水	カタツムリ パン	ポテトチーズグラタン わかめサラダ レタススープ 手作りレモンゼリー	○	鶏モモ肉 チーズ わかめ ベーコン 牛乳	パン じゃがいも 油 ベジャメルソース ゼリー コンソメ ドレッシング	たまねぎ しめじ ほうれん草 コーン フロッコリー キャベツ 枝豆 レタス 人参	630 kcal
16	木	麦ごはん	焼き肉と野菜炒め 野菜のマリネ みそ汁 手作り青りんごゼリー	○	ふじさくらポーク ツナ 甲州味噌 あさり 牛乳	米 麦 油 焼き肉のたれ ゼリー	キャベツ 玉ねぎ なら 人参 ねぎ もやし しめじ 黄ピーマン 赤ピーマン フロッコリー	800 kcal
山梨のもろこし登場								
17	金	冷やし中華	春巻き もろこし 黒糖ビーンズ	○	ハム 卵 春巻き 牛乳	中華麺 砂糖 ごま 油 冷やし中華スープ 黒糖ビーンズ	きゅうり もやし 干しいだけ もろこし	730 kcal
20	月	麦ごはん	甲州ワインビーフのコロッケ 筑前煮 みそ汁 手作りオレンジゼリー	○	コロッケ 鶏肉 豆腐 わかめ 甲州味噌 牛乳	米 麦 油 砂糖 ソース みりん こんにゃく 酒 ゼリー	れんこん タケノコ にんじん 干しシイタケ さやえんどう ねぎ	770 kcal
21	火	麦ごはん	鶏肉の味噌焼き ビーフン炒め ほうれん草のスープ 果物	○	鶏モモ肉 卵 甲州みそ 牛乳	米 麦 油 砂糖 酒 ビーフン ごま	人参 ピーマン キャベツ 干し椎茸 コーン ほうれん草 メロン	690 kcal
22	水	麦ごはん	さばの西京漬け じゃがいものカレー炒め みそ汁 干しブルー	○	さば 竹輪 心 甲州味噌 牛乳	米 麦 みりん 砂糖 じゃがいも 油 カレー粉	ピーマン にんじん ダイコン えのきだけ ねぎ ブルー	740 kcal
23	木	麦ごはん	豚肉のすき焼き風 おかか和え すまし汁 果物	○	フジザカラポーク 焼き豆腐 削り節 あさり水煮 牛乳	米 麦 しらだき 油 砂糖 酒	えのきだけ ねぎ 白菜 もやし ほうれん草 人参 大根 小松菜 甘夏	760 kcal
24	金	カレークリ ムスパゲティ	フロッコリーのナッツ和え パイン	○	生クリーム ツナフレーク 牛乳	スパゲティ 油 ビーナッツ ベジャメルソース コンソメ カレー粉 アーモンド	たまねぎ 人参 しめじ グリーンピース フロッコリー キャベツ いんげん パイン	720 kcal
27	月	麦ごはん	肉団子とフロッコリーのトマト煮 野菜サラダ みそ汁 りんご	○	肉団子 卵 豆腐 わかめ 甲州味噌 牛乳	米 麦 ケチャップ コンソメ 片栗粉 油 砂糖 マヨネーズ ドレッシング	フロッコリー たまねぎ 人参 にんにく いんげん ピーマン トマト キャベツ カリフラワー きゅうり ねぎ りんご	745 kcal
28	火	ソースカツ どん	ゴマドレサラダ けんちん汁 洋ナシ缶	○	豚肉 ささみ 海藻 竹輪 生揚げ 牛乳	米 麦 薄力粉 パン粉 油 ソース みりん 砂糖 ドレッシング 里芋 こんにゃく	カリフラワー 赤ピーマン 大根 人参 ごぼう えのきだけ 洋ナシ缶	815 kcal
29	水	麦ごはん	豚肉の生姜焼き 切り干し大根の胡麻和え 卵とコーンのスープ オレンジ	○	わかめ ふじさくらポーク 卵 牛乳	米 麦 砂糖 ごま 油 ごま油 酢 コンソメ	人参 ほうれんそう もやし 玉ねぎ ピーマン しめじ しょうが コーン 切り干し大根 オレンジ	750 kcal
山梨のぶどうゼリー登場								
30	木	麦ごはん	かに玉あかけ 春雨の中華和え 中華スープ ぶどうゼリー	○	卵 かにフレーク 豚挽肉 なた わかめ 牛乳	米 麦 油 春雨 酢 砂糖 片栗粉 ゼリー ケチャップ ドレッシング	たまねぎ 人参 だけのこ ねぎ きゅうり 干し椎茸 生姜	775 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 22回								平均 742 kcal



令和4年6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	水	ごはん みそ汁 卵焼き 大根の煮つけ 焼きのり	ごはん あんかけニラ玉 冷や奴 春雨スープ キウイ
2	木	ごはん みそ汁 肉団子 フトいなりの洋風煮 ふりかけ	ごはん すき焼き風煮 キャベツのお浸し 若竹汁 ヨーグルト
3	金	ごはん みそ汁 焼き魚 もやしとピーマンのソテー のり佃和え ヤクルト	
6	月		ごはん 鮭の黄身焼 豆腐のみそかけ トマトスープ 甘夏
7	火	パン 豆スープ ポテトカップグラタン ツナサラダ ヨーグルト	親子丼 生揚げのみそあんかけ 春雨とわかめのスープ なめらかプリン
8	水	ごはん みそ汁 焼魚 キャベツのベーコン煮 佃煮	きつねうどん サラダステーキ ドレッシング和え パナナ
9	木	ごはん みそ汁 玉子焼き ちやの煮物 ふりかけ	かぼ ごはん ポークピカタ ホットサラダ 酢味噌和え すまし汁
10	金	ごはん みそ汁 魚のみぞれ煮 もやし炒め オクラのおかか和え ヤクルト	
13	月		焼きそば 焼売 きゅうりのごま酢和え ネギ塩スープ 原宿ドック
14	火	ごはん みそ汁 アンサンブルエッグ 菜のソテー うずら豆煮 ふりかけ	野 ごはん みそ汁 天ぷら おかか和え じゃがいものベーコン煮 パナナ
15	水	ごはん みそ汁 鮭の甘塩焼き ソフトいなり煮つけ 五目豆	ごはん 煮込みハンバーグ 野菜のカレー炒かき玉スープ オレンジ
16	木	ごはん みそ汁 納豆 ツナの甘辛煮 おひたし 焼き海苔	ごはん 煮魚 マーボーナス ほうれん草のお浸し とろろ昆布汁
17	金	ごはん みそ汁 ウィンナー キャベツと豚肉の炒め物 漬け物	
20	月		ごはん 酢豚 いんげんサラダ みそ汁 パイン缶
21	火	ご飯 みそ汁 目玉焼き 南瓜の煮付け ふりかけ	菜めし 魚のマヨネーズ焼き オレンジ 白菜と豚肉の煮物 コンソメスープ
22	水	パン コンソメスープ ウィンナー ドレッシング和え ヨーグルト	オムライス サラダ もやしスープ さくらんぼ
23	木	ごはん みそ汁 納豆 焼き海苔 芋の煮物 漬け物	里 ごはん チキン南蛮 みそ汁 ピーナツ和え 杏仁豆腐
24	金	ごはん みそ汁 オムレツ カリフラワーのみそ和え ふりかけ ヤクルト	
27	月		ごはん 回鍋肉 大根サラダ 深川汁
28	火	ごはん みそ汁 納豆 焼き海苔 ムソテー ショア	ハ サラダうどん 焼き餃子 酢みそ和え パナナ
29	水	ごはん みそ汁 焼魚 もやし炒め 煮豆	ごはん みそ汁 シシャモフライ ねばねばサラダ キウイフルーツ
30	木	パン トマトスープ ウィンナー ツナサラダ ヨーグルト	ごはん 肉じゃが ウィンナー巻 ごまあえ豆腐のスープ

