

令和4年度



11月分学校給食予定献立表

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		
1	火	麦ごはん	鮭のちゃんちゃん焼き かぶのサラダ すまし汁 果物	○	鮭 甲州味噌 湯葉 ツナフレーク 牛乳	米 麦 油 バター 砂糖 酢	キャベツ もやし ビーマン なす かぶ 人参 コーン 玉ねぎ ほうれん草 りんご	715 kcal
2	水	スペシャル ビビンバ丼	チヂミ わかめスープ 手作りぶどうゼリー	○	卵 チヂミ 甲州牛 わかめ 牛乳	米 麦 油 ごま油 砂糖 いりごま ゼリー	ほうれん草 ぜんまい もやし 人参 長ネギ キムチ	820 kcal
4	金	麦ごはん	エビカツ 野菜の磯和え みそ汁 手作りオレンジゼリー	○	エビカツ 卵 のり 豆腐 わかめ 牛乳	米 麦 ソース 油 マヨネーズ ドレッシング ゼリー	キャベツ ほうれん草 枝豆 ブロッコリー しめじ 人参 ねぎ	770 kcal
7	月	麦ごはん	あんかけ二郎玉 春雨の中華和え 竹の子スープ 果物	○	卵 ハム わかめ 豚挽肉 牛乳	米 麦 油 砂糖 ケチャップ 片栗粉 春雨 中華だし 酢 ドレッシング コンソメ	生姜 いら 人参 マッシュルーム缶 玉ねぎ きゅうり 竹の子 干し椎茸 ねぎ オレンジ	730 kcal
小学部5-1 リクエスト給食								
8	火	ふりかけ ごはん	ぶり照り焼き ツナサラダ 豚汁 ボンデードーナツ	○	ぶり 生揚げ ツナ ふじさくらポーク 甲州味噌 牛乳	米 麦 みりん 里芋 ドレッシング ボンデードーナツ	キャベツ にんじん 大根 ねぎ ヤングコーン ごぼう ブロッコリー 赤ピーマン	880 kcal
9	水	びこべるパン	ポテトのカップグラタン サラダ コンソメスープ ヨーグルト	○	ポテトカップグラタン ウインナー ヨーグルト 牛乳	パン ドレッシング じゃがいも コンソメ	きゃべつ アスパラガス きゅうり コーン 赤ピーマン 玉ねぎ 人参	840 kcal
10	木	ふじさくら ポークの肉丼	わかめとツナのごま和え きのこ汁 果物	○	フジザクラポーク わかめ 絹ごし豆腐 ツナフレーク 甲州味噌 牛乳	米 麦 しらたき 油 砂糖 ごま ごま油 みりん 酢	玉ねぎ 人参 ねぎ しめじ グリーンピース きゅうり コーン キャベツ えのきだけ まいだけ なめこ 生椎茸 パナナ	750 kcal
11	金	甲州牛の ハヤシライス	コールスローサラダ ヨーグルト和え	○	甲州牛 ビーンズミックス ハム ヨーグルト 生クリーム 牛乳	米 麦 コンソメ ビーフシチュールウ 油 ハヤシルウ ケチャップ バター ソース ドレッシング	玉ねぎ 人参 しめじ マッシュルーム トマト グリンピース にんにく キャベツ コーン パナナ みかん缶 桃缶 パイン缶	920 kcal
15	火	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 ミニフィッシュ	○	ハム 豚肉 豆腐 いわし 牛乳 しらすぼし わかめ	米 麦 油 砂糖 オイスターソース 片栗粉 ソース コンソメ ドレッシング 中華だし	たけのこ ビーマン 人参 コーン しめじ ブロッコリー キャベツ 干し椎茸	700 kcal
16	水	ハンバーガー	カリフラワーサラダ さつまいものシチュー 果物	○	ハンバーグ 鶏小間肉 生クリーム ビーンズミックス 牛乳	丸パン ソース ケチャップ さつまいも ベジタブルソース マヨネーズ ドレッシング	カリフラワー きゅうり にんじん たまねぎ しめじ パイン	670 kcal
小学部6-1 リクエスト給食								
17	木	麦ごはん	唐揚げ 海藻サラダ ポトフ 焼プリンタルト	○	鶏肉 ハム ベーコン ミートボール 海藻ミックス 牛乳	米 麦 酒 片栗粉 油 じゃがいも コンソメ ドレッシング 焼プリンタルト	しょうが にんにく 玉ねぎ 人参 きゃべつ ヤングコーン	990 kcal
18	金	シーフード 焼きそば	サラダ 中華スープ 杏仁豆腐	○	いか えび チーズ 牛乳	中華麺 油 中華だし ドレッシング ソース はるさめ	キャベツ もやし 人参 ビーマン 玉ねぎ コーン きゅうり リンゴ缶 ねぎ 桃缶 ミカン缶 パイン缶	680 kcal
21	月	ふりかけ ごはん	マヨたまかつ ごま和え さつま汁 バナナ	○	マヨたまかつ かにかま 豚肉 甲州味噌 牛乳	米 麦 油 ソース ごま 砂糖 さつまいも 里芋	ほうれん草 人参 ブロッコリー 大根 ねぎ バナナ	880 kcal
22	火	麦ごはん	酢豚 ナムル 中華スープ チーズ	○	豚肉 チーズ 牛乳	米 麦 油 じゃがいも 砂糖 片栗粉 中華だし 酢 ドレッシング ケチャップ ごま油	ニンニク 生姜 玉ねぎ 人参 竹の子 ビーマン ぜんまい きくらげ ほうれん草 チンゲン菜 もやし	770 kcal
24	木	麦ごはん	肉団子とブロッコリーのトマト煮 きのこサラダ スープ ラフランスゼリー	○	ミートボール ハム ウインナー 牛乳	米 麦 ケチャップ 片栗粉 砂糖 油 ドレッシング じゃがいも ゼリー	ニンニク ブロッコリー 玉ねぎ コーン ビーマン 人参 いんげん トマト エリンギ しめじ キャベツ	815 kcal
小学部3-1 4-1 リクエスト給食								
25	金	ふじさくら ポークの 肉うどん	ちくわの磯辺揚げ わかめとツナのサラダ オレンジ	○	ちくわ なると 油揚げ ツナ わかめ ふじさくらポーク 牛乳	うどん 酒 みりん 砂糖 油 ドレッシング	干し椎茸 人参 ねぎ きゅうり ほうれん草 キャベツ コーン オレンジ	630 kcal
28	月	オムライス	豆サラダ コンソメスープ ヨーグルト	○	鶏小間肉 卵 ヨーグルト ビーンズミックス ウインナー 牛乳	米 麦 油 ドレッシング ケチャップ	玉ねぎ ミックスベジタブル オニオンソテー ブロッコリー 枝豆 キャベツ 赤ピーマン 大根	780 kcal
29	火	麦ごはん	回鍋肉 アーモンド和え ワントンスープ マーラーカオ	○	ふじさくらポーク かまぼこ 牛乳 甲州味噌	米 麦 ごま油 酒 ワントン 砂糖 酢 アーモンド粉 マーラーカオ	キャベツ 玉ねぎ 人参 いら 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	880 kcal
30	水	昆布ごはん	さばみりん漬け キャベツのゆかり和え すまし汁 果物	○	ツナフレーク 昆布 さば はんぺん 牛乳	米 麦 油 砂糖 みりん	人参 干し椎茸 キャベツ きゅうり ゆかり ねぎ 黄桃コンポート	720 kcal
								平均 747 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。



令和4年11月 寄宿舎食予定献立表



山梨県立やまびこ支援学校

日	曜日	朝食	夕食
1	火	ごはん みそ汁 焼き魚 きゅうりのあえ物 ふりかけ	ごはん 豆腐のスープ 野菜と肉のみそ炒め さつまあげと大根の煮物 おひたし
2	水	パン オムレツ 野菜のソテー コーンスープ ヤクルト	
7	月		カレーライス 福神漬け シュリアンソテー りんご
8	火	パン オニオンスープ チキンオープン焼 野菜サラダ ヤクルト	ごはん みそ汁 焼肉 湯豆腐 こかぶの即席漬け
9	水	ごはん みそ汁 焼魚 野菜炒め うずら豆煮 ショア	ごはん ぎょうざ 海藻サラダ 中華スープ キャラメルパンナコッタ
10	木	ごはん みそ汁 つくね串 煮浸し 漬物	ほうとう 天ぷら グリーンサラダ オレンジ
11	金	ごはん みそ汁 目玉焼き サラダ 漬物	ごはん サバの味噌煮 五目きんぴら すまし汁 フルーチェ
12	土	ごはん みそ汁 納豆 焼きのり もやしとピーマンのソテー のり佃和え	
15	火		ごはん 鶏肉のソテーキノコソース マカロニサラダ 野菜スープ ヤクルト
16	水	ごはん みそ汁 焼き魚 里芋の煮物 たくあん キウイ	スパゲティナポリタン ブロッコリーサラダ 野菜スープ りんごジュース
17	木	パン 豆スープ ボイルウィンナー ツナサラダ ショア	里芋ご飯 さんまの塩焼き ごまあえ みそ汁
18	金	ごはん みそ汁 ミートボール 焼豆腐の煮もの ふりかけ	
21	月		ビビンバ 豆腐のキムチ炒め きくらげのスープ ヤクルト
22	火	パン 野菜スープ ポテトカップグラタンド レッシング和え ヨーグルト	
24	木		三色丼 がんも煮 ホットサラダ すまし汁 ミルクプリン
25	金	ごはん みそ汁 野菜の卵とじ なめたけ和え ふりかけ	
28	月		塩野菜ラーメン しゅうまい ごま和え みかん
29	火	ごはん みそ汁 目玉焼き キノコソテー 五目煮豆	ごはん 煮込みハンバーグ 茹で野菜 カレー炒め かきたま汁 バナナ
30	水	ごはん みそ汁 肉団子 ほうれん草の煮びたし ふりかけ	ごはん コロケ 大根の煮つけ みそ汁 焼プリンタルト