

# 4月分学校給食予定献立表

令和5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		
11	火	ポークカレーライス	福神漬け コールスローサラダ お祝いゼリー	豚肉 ○ ビーンズミックス ハム 牛乳	米 麦 じゃがいも 油 カレールウ カレー粉 ゼリー ケチャップ ソース ドレッシング	玉ねぎ 人参 キャベツ コーン 大根	810 kcal	
12	水	麦ごはん	鮭とチーズのソフトカツ じゃこ菜豆炒め 大麦入りスープ フルーツミックス	○ 鮭 チーズ 大豆 かまぼこ はんぺん ミックスビーンズ 油揚げ しらす干し ベーコン 牛乳	米 麦 小麦粉 パン粉 油 ソース ごま 大麦 コンソメ	小松菜 キャベツ にんにく ミックスベジタブル 玉ねぎ パイン缶 ミカン缶 洋ナシ缶	830 kcal	
13	木	肉丼	わかめサラダ みそ汁 果物	○ ふじざくらほーく わかめ ツナフレーク 油揚げ 豆腐 甲州味噌 牛乳	米 麦 しらたき 油 砂糖 みりん ドレッシング	人参 ネギ しめじ グリンピース 玉ネギ きゅうり 黄ピーマン キャベツ 大根 ごぼう 絹さや オレンジ	740 kcal	
14	金	ハンバーガー	野菜のマリネ きゃべつスープ 手作りの青りんごゼリー	○ ハンバーグ ツナ 牛乳	丸パン 油 ソース コンソメ 酢 砂糖 ゼリー	玉ねぎ 竹の子 レモン カリフラワー グリンピース パプリカ ブロッコリー	670 kcal	
17	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 チーズ	○ 鶏肉 ポテトカップグラタン 牛乳 チーズ	米 油 ケチャップ ごま油 マヨネーズ ドレッシング ごま 春雨 中華だし コンソメ	人参 ミックスベジタブル 玉ねぎ マッシュルーム きゅうり ブロッコリー カリフラワー にら ネギ きくらげ	670 kcal	
18	火	麦ごはん	酢豚 ゆかり和え すまし汁 果物	○ 豚肉 かまぼこ あさり 牛乳	米 麦 油 じゃがいも 片栗粉 中華だし ケチャップ ごま油 麩	ニンニク 生姜 玉ねぎ 人参 竹の子 ピーマン 小松菜 きくらげ キャベツ 胡瓜 しそ もやし 甘夏	740 kcal	
19	水	みるくパン	ミートオムレツ 野菜サラダ スープ 手作りのブドウゼリー	○ ミートオムレツ ウインナー 牛乳	みるくパン ドレッシング ゼリー ケチャップ コンソメ	キャベツ ブロッコリー 玉ねぎ 赤ピーマン ヤングコーン 人参 チンゲンサイ	600 kcal	
20	木	麦ごはん ふりかけ	焼き魚 ひじきの炒り煮 さつま汁 オレンジ	○ 鯖 ひじき 油揚げ 竹輪 ふじざくらほーく 甲州味噌 牛乳	米 麦 こんじやく 油 さつまいも 砂糖 みりん 里芋	人参 絹さや 大根 ねぎ オレンジ	770 kcal	
21	金	ミートソース スパゲティ	ブロッコリーのナッツ和え ヨーグルト	○ 豚ひき肉 チーズ かまぼこ 牛乳 ヨーグルト	スパゲティ オリーブ油 アーモンド 砂糖 コンソメ ケチャップ ピーナッツ ソース コンソメ バター	セロリー 人参 玉ねぎ にんにく マッシュルーム トマト ブロッコリー キャベツ さやいんげん	770 kcal	
24	月	麦ごはん	ハンバーグデミソース 海藻サラダ ふわふわチーズスープ 果物	○ ハンバーグ 海藻ミックス かに風味かまぼこ ウインナー 卵 粉チーズ 牛乳	米 麦 バター ソース ケチャップ ビーフシチュールウ ドレッシング パン粉 コンソメ	たまねぎ しめじ マッシュルーム キャベツ コーン きゅうり パイン缶	715 kcal	
26	水	麦ごはん	麻婆春雨 えびしゅうまい 竹の子のスープ ポンデローナッツ	○ ふじざくらポーク えびしゅうまい 牛乳	米 麦 春雨 麻婆豆腐の素 ごま油 豆板醤 油 酒 ドーナッツ	チンゲン菜 人参 きくらげ ピーマン 玉ねぎ 竹の子 しょうが 干し椎茸 ネギ	775 kcal	
27	木	わかめごはん	唐揚げ ツナサラダ 豆腐とトマトのスープ 果物	○ 鶏肉 ツナ 豆腐 わかめ 牛乳	米 麦 油 片栗粉 ドレッシング	キャベツ ブロッコリー 玉ねぎ 赤ピーマン ヤングコーン りんご ねぎ トマト しょうが にんにく	760 kcal	
28	金	麦ごはん	あんかけニラ玉 春雨サラダ 中華スープ パナナ	○ 卵 ハム ささみフレーク 卵 牛乳	米 麦 油 砂糖 ごま 片栗粉 春雨 ケチャップ ごまあぶら	しょうが にら 人参 ねぎ マッシュルーム 玉ねぎ きゅうり きくらげ パナナ	780 kcal	
							平均	740 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13回

わたしは、栄養士の久保田です。

これから1年間、お子さんたちが健やかに成長していくために、栄養バランスのよい給食を提供していきます。

毎日の生きた教材としての「学校給食」を通して、食育を学んでほしいと思います。ぜひ、ご家庭でも子どもたちと





## 令和5年4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
10	月	(昼) 焼きそば マカロニサラダ コンソメスープ バナナ	ごはん 焼魚 竹の子の煮物 みそ汁 ショア
11	火	ごはん みそ汁 玉子焼き マヨネーズ和え ふりかけ ヤクルト	ごはん とんかつ 五目きんぴら すまし汁 パイン
12	水	ごはん みそ汁 肉団子 かぼちゃの煮物 漬物	三食丼 豆腐のキムチ炒め きくらげのスープ いちごゼリー
13	木	パン 野菜スープ ウィンナー ドレッシング和え ヨーグルト	ごはん 鮭の黄身焼き 豆腐のみそかけ トマトスープ 甘夏
13	金	ごはん みそ汁 焼魚 野菜炒め 焼き 海苔 ヤクルト	
17	月		ごはん すき焼き風煮 きゃべつのおひたし 若竹汁 ヨーグルト
18	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 バナナ
19	水	ごはん みそ汁 しゅうまい 大根の煮つけ ふりかけ	ごはん サバの味噌煮 白菜と豚肉の煮物 コン ソメスープ ヤクルト
20	木	パン コンソメスープ 目玉焼き 野菜のツナ和え ショア	グリーンピースごはん グリルチキン ジャーマンポテト みそ汁 ミルクプリン
21	金	ごはん みそ汁 焼魚 もやし炒め おくらのおかか和え	
26	水		ごはん 煮魚 あさりとポテトの炒め物 けんちん汁 バナナ
27	木	パン 野菜スープ ウィンナー かにかまサラダ ヨーグルト	キーマカレー 福神漬け ゆで卵 野菜サラダ きのことスープ
28	金	ごはん みそ汁 納豆 焼き海苔 里芋の煮物 きゅうちゃん漬け オレンジ	



献立は都合により変更になる場合があります。

