

8.9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5年度

日	曜日	献立名		牛乳	食品の種類とはたらき			エネルギー	
		主食	副食		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		
8月	29	火	カレーライス	野菜サラダ フルーツヨーグルト	○	ふじざくらポーク ヨーグルト 牛乳	米 麦 油 カレールウ ドレッシング ケチャップ じゃがいも ソース	玉ねぎ 人参 アスパラ きゅうり キャベツ コーン 赤ピーマン 黄桃缶 パイン缶 パナナ	760 kcal
	30	水	麦ごはん	ゴーヤチャンプルー レモン和え 大麦入りスープ	○	豆腐 豚肉 卵 かまぼこ 油揚げ ベーコン 牛乳	米 麦 油 砂糖 酢 中華だし もち麦	ゴーヤ もやし 人参 玉ねぎ 干し椎茸 ほうれん草 しめじ レモン汁 ミックスベジタブル	780 kcal
	31	木	麦ごはん ふりかけ	さばの塩麹漬け 野菜の磯和え みそ汁 パナナ	○	さば 卵 刻みのり 油揚げ 豆腐 みそ 牛乳	米 麦 マヨネーズ ドレッシング ふりかけ	ほうれん草 枝豆 プロックリー しめじ 人参 ねぎ なめこ パナナ	740 kcal
9月	1	金	サラダうどん	茹でとうもろこし 揚げシュウマイ かぼちゃ蒸しパン	○	ツナ シュウマイ 牛乳	うどん ごま油 砂糖 油 マヨネーズ ホットケーキミックス ごま	きゅうり もやし 人参 干し椎茸 とうもろこし かぼちゃペースト	730 kcal
	4	月	オムライス	花野菜サラダ コンソメスープ	○	鶏肉 ウインナー 卵 牛乳	米 麦 ケチャップ 油 マヨネーズ ドレッシング じゃがいも	玉ねぎ ミックスベジタブル カリフラワー マッシュルーム 人参 プロックリー キャベツ きゅうり	850 kcal
	5	火	麦ごはん	麻婆なす プロックリーのナッツ和え なるとのすまし汁 手作り青りんごゼリー	○	豚肉 なると 牛乳	米 麦 ごま油 麻婆豆腐の素 ごま 片栗粉 ピーナッツ ゼリー	なす 玉ねぎ ビーマン 人参 にんにく しょうが ねぎ プロックリー きゅうり えのきだけ 小松菜	690 kcal
	6	水	麦ごはん	あんかけかに玉 もやしのナムル ザーサイスープ オレンジ	○	卵 かにかま 牛乳	米 麦 油 砂糖 片栗粉 ごま ケチャップ 酢 ドレッシング	たけのこ 玉ねぎ 人参 しょうが ネギ 干し椎茸 もやし コーン 小松菜 せんまい ザーサイ オレンジ	670 kcal
	7	木	麦ごはん	春巻き アーモンド和え みそ汁 梨	○	春巻き ささみフレーク みそ 牛乳	米 麦 油 ごま油 砂糖 アーモンド 酢	切り干し大根 ほうれん草 人参 大根 ごぼう 梨 さやえんどう	730 kcal
	8	金	ミートソース スパゲティ	野菜のマリネ フルーツミックス	○	豚肉 粉チーズ ツナ 牛乳	スパゲティ オリーブ油 さとう コンソメ ソース サイダー ケチャップ 酢 油 ゼリー	玉ねぎ 人参 にんにく なす マッシュルーム パセリ トマト パプリカ プロックリー キャベツ 洋ナシ缶 みかん缶 パイン缶	800 kcal
	11	月	中華丼	わかめとチーズのサラダ ワンタンスープ	○	豚肉 えび うすら卵 わかめ チーズ 牛乳	米 麦 油 砂糖 中華だし 酒 片栗粉 ワンタン ドレッシング	白菜 たけのこ 人参 ねぎ ちんげんさい きくらげ しょうが 玉ねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン キャベツ いら	660 kcal
	12	火	麦ごはん	ヤンニョムチキン 豆サラダ 春雨と竹の子のスープ	○	鶏肉 卵 ビーンズミックス 牛乳	米 麦 油 ごま 砂糖 片栗粉 ドレッシング 春雨 酒 ケチャップ 甜麺醬	ねぎ 枝豆 キャベツ プロックリー 赤ピーマン 干し椎茸 しょうが にんにく	810 kcal
	13	水	麦ごはん ふりかけ	ぶりの照り焼き ごぼうの煮物 みそ汁	○	ぶり 油揚げ みそ 牛乳	米 麦 油 こんにゃく 砂糖 酒	しょうが ごぼう 人参 干し椎茸 さやいんげん なす えのきだけ	710 kcal
	14	木	麦ごはん	厚揚げのきのこソース ごま和え すまし汁 黒糖ビーンズ	○	生揚げ 豚ひき肉 かにかま はんぺん あさり 大豆 牛乳	米 麦 油 砂糖 酒 片栗粉 ごま 黒糖	しょうが しめじ えのき maidake ほうれん草 プロックリー 小松菜 人参	700 kcal
	15	金	揚げパン (きなこ)	ミモザサラダ 水餃子 杏仁豆腐	○	卵 きなこ 餃子 ベーコン 牛乳	パン 油 砂糖 じゃがいも マヨネーズ ドレッシング 杏仁豆腐	プロックリー カリフラワー 人参 きゅうり キャベツ ねぎ マンゴ缶 いら もやし 干し椎茸 パイン缶	710 kcal
	19	火	麦ごはん	かつおのフライ 肉じゃが つみれ汁 ぶどう	○	豚肉 かつお 卵 つみれ 牛乳	米 麦 砂糖 じゃがいも 油 しらたき パン粉 小麦粉 ソース	人参 グリンピース ねぎ 玉ねぎ ごぼう ぶどう	800 kcal
	20	水	きのこご飯	いかの生姜焼 わかめとツナのごま和え けんちん汁 おはぎ	○	油揚げ いか わかめ 豆腐 ツナ 牛乳	米 麦 ごま 砂糖 里芋 おはぎ 酢 ごま油	人参 しめじ maidake しょうが きゅうり コーン キャベツ ごぼう 大根 スナックエンドウ	720 kcal
	21	木	麦ごはん	鶏肉のから揚げ 春雨サラダ 豚汁 オレンジ	○	鶏肉 卵 豚肉 みそ さつま揚げ 牛乳	米 麦 砂糖 片栗粉 油 春雨 ごま 里芋 酒 酢 ごま油	しょうが にんにく 人参 きゅうり ごぼう 大根 ねぎ オレンジ	860 kcal
	22	金	ラーメン	多菜包子 切り干し大根のごま和え	○	焼き豚 かまぼこ 多菜包子 牛乳	中華麺 ごま油 砂糖 ごま 中華だし 酢	人参 もやし 白菜 しなちく コーン 切り干し大根 ほうれん草 ねぎ	760 kcal
	25	月	麦ごはん	豚肉の生姜炒め ひじきサラダ とろろ昆布汁	○	豚肉 ひじき かまぼこ とろろ昆布 牛乳	米 麦 油 ごま マヨネーズ 酒	しょうが キャベツ 人参 玉ねぎ ビーマン しめじ 切り干し大根 きゅうり ねぎ	690 kcal
	26	火	親子丼	ゆかり和え 竹の子スープ 柿	○	鶏肉 卵 豚ひき肉 牛乳	米 麦 酒 砂糖 コンソメ	玉ねぎ 小松菜 干し椎茸 竹の子 人参 もやし きゅうり オレンジ ねぎ しょうが ゆかり 柿	690 kcal
	27	水	ハヤシライス	野菜サラダ フルーチェ	○	豚肉 生クリーム ツナフレーク 牛乳	米 麦 油 ケチャップ パター ハヤシルウ フルーチェ ソース ドレッシング ナタデココ	たまねぎ しめじ マッシュルーム 人参 にんにく トマト 黄桃缶 きゃべつ パイン缶 コーン	840 kcal
	28	木	麦ごはん	かぼちゃコロケ じゃこ菜豆炒め のっぺい汁	○	大豆 生揚げ 卵 しらす 竹輪 ビーンズミックス 牛乳	米 麦 油 こんにゃく ごま さいとも 片栗粉 小麦粉 パン粉	小松菜 キャベツ かぼちゃ 大根 にんにく ごぼう えのき 人参	760 kcal
	29	金	さつまいもご飯	鮭の紅葉焼き おかか和え 打ち豆汁 ゼリー和え	○	鮭 ヨーグルト かまぼこ 削り節 ひきわり大豆 油揚げ 豆腐 みそ 牛乳	米 麦 油 ゼリー 砂糖 里芋 マヨネーズ ごま さつまいも 里芋 酒	人参 ほうれん草 大根 椎茸 ねぎ パイン缶 黄桃缶 ミカン缶	830 kcal
								平均 750 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23回



令和5年8・9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
28	月	(昼食) キムチチャーハン きくらげスープ ツナサラダ ヨーグルト	焼きうどん あえもの ミートボール入りスープ
29	火	ごはん みそ汁 ウィンナーソテー ほうれん草のおかか和え きゅうり漬け	チキンライス 野菜スープ 海藻サラダ ぶどうゼリー
30	水	ごはん みそ汁 焼魚 野菜炒め 煮豆 ふりかけ	ごはん 中華スープ チンジャオロース シュウマイ パナナ
31	木	ごはん みそ汁 納豆 焼きのり ブロッコリーのソテー オレンジ	ごはん みそ汁 ハンガーク 炒め物 きゅうりのゆかり和え
9/1	金	パン コンソメスープ オムレツ 茹で野菜サラダ 野菜ジュース	
4	月		焼きそば 中華スープ きゅうりの胡麻酢 餃子
5	火	ごはん みそ汁 目玉焼き キノコソテー しば漬け ヤクルト	ごはん スープ たまごの甘酢あん さつま揚げと大根の煮物 お浸し
6	水	ごはん みそ汁 焼き魚 じゃがいもの煮物 昆布佃煮	ごはん アジのおろし煮 マーボーナス 茹で野菜 オレンジ
7	木	ごはん みそ汁 納豆 焼きのり 大根の煮つけ 漬物	ごはん みそ汁 生姜焼き ホットサラダ ゼリー
8	金	ごはん みそ汁 肉団子 グリーンサラダ ふりかけ	
11	月		ごはん 鶏肉のホイル焼き 青菜の辛子マヨネーズあえ すまし汁
12	火	ごはん みそ汁 焼き魚 野菜ソテー ふりかけ	イカたらこスパゲティー オクラのサラダ 秋のシチュー パナナ
13	水	ごはん みそ汁 カリフラワー炒め 信田煮 漬物	ハヤシライス ジュリアンソテー オレンジ
14	木	パン コーンポタージュ ロールキャベツ ポテトきんぴら ジョア	ごはん いわしかば焼き 豆腐のあんかけ ソテー
15	金	ごはん みそ汁 納豆 焼きのり がんもの煮物 漬物	
19	火		【活動日】
20	水	ごはん みそ汁 目玉焼き ツナサラダ 漬物 ふりかけ	ごはん 鶏肉の香味味噌つけ焼き 大根サラダ スープ
21	水	ごはん みそ汁 納豆 焼きのり キャベツソテー 漬物	ビビンバ丼 ちくわのキムチ炒め 野菜のスープ
22	木	ごはん みそ汁 ウィンナー なすのみそ炒め あさり佃煮	
25	月		サラダうどん イカフライ 酢味噌和え パナナ
26	火	パン オムレツ ポタージュ 野菜ソテー ジョア	ごはん みそ汁 レンコンのはさみ揚げ 厚揚げの煮物 お浸し 梨
27	水	ごはん みそ汁 焼き豆腐のおろし煮 わかめサラダ ふりかけ	わかめごはん おでん 茄子炒め なめらかプリン
28	木	ごはん みそ汁 納豆 焼きのり 野菜ソテー 漬物	ごはん プルコギ ドレッシング和え さつま汁
29	金	ごはん みそ汁 チキンのオープン焼き かぼちゃの煮物 ヨーグルト	