



12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7年度

冬至

エネルギー
(中學部基準)

日	曜日	献立名			食品の種類とはたらき			エネルギー (中學部基準)	
		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		
1	月	チャーハン	餃子 春雨サラダ 中華スープ 手作りストロベリーゼリー	○	豚肉 卵 ハム 牛乳	米 油 はるさめ 砂糖 ごま油 ごま 餃子の皮 ゼリー	たまねぎ にんじん グリンピース しょうが きゅうり きくらげ 青梗菜 キャベツ	770 kcal	
2	火	カレーライス	ツナサラダ フルーチェ	○	豚肉 ツナ 牛乳	米 麦 ジャガイモ 油 カレールウ ドレッシング フルーチェ	たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコリー 赤ビーマン ヤングコーン ハイン缶 みかん缶	850 kcal	
3	水	麦ごはん	チキン南蛮 ナムル キャベツスープ チーズ	○	鶏肉 卵 かにかま チーズ 牛乳	米 麦 てんぶら粉 油 砂糖 タルタルソース ドレッシング	レモン汁 小松菜 もやし にんじん せんまい 水煮 キャベツ えだまめ	750 kcal	
大塚にんじん登場									
4	木	大塚人参ごはん	ほっけの塩焼き 筑前煮 みそ汁 バイナップル	○	油あげ ほっけ 鶏肉 昆布 わかめ みそ 牛乳	米 砂糖 油 こんにゃく	大塚にんじん ごぼう 干しこいたけ たけのこ スナックエンドウ はくさい だいこん バイナップル	650 kcal	
絵本給食 (こねこねこのねこピッツア)									
5	金	こねこねこのねこピッツア	ミートボールシチュー 豆サラダ ヨーグルト和え	○	ツナ チーズ ミートボール、大豆 ビーンズミックス ヨーグルト 牛乳	パン マヨネーズ ドレッシング アセロラジュレ	たまねぎ とうもろこし にんじん トマト缶 にんにく トマト缶 えだまめ キャベツ 赤ビーマン ブロッコリー バナナ りんご 黄桃缶	710 kcal	
高2-1リクエスト									
8	月	麦ごはん ぶりかけ	さばのみぞ煮 わかめとチーズのサラダ ワンタンスープ バナナクレープ	○	さば みぞ わかめ チーズ 生クリーム 牛乳	米 麦 砂糖 ワンタン クレープ	しょうが 赤ビーマン 黄ビーマン キャベツ にら きくらげ ねぎ バナナ	730 kcal	
9	火	麦ごはん	炒り豆腐 野菜の磯和え すまし汁 りんご	○	豆腐 鶏肉 ひじき 卵 のり 牛乳	米 麦 油 砂糖 マヨネーズ ドレッシング	ねぎ にんじん たまねぎ ごぼう ほうれんそう えだまめ ブロッコリー ぶなしめじ 干しこいたけ だいこん 小松菜 りんご	640 kcal	
10	水	オムライス	さつまいもサラダ 大麦入りスープ オレンジ	ジヨニア	鶏肉 ビーンズミックス ハム ベーコン ジョア 卵	米 油 さつまいも マヨネーズ 麦	ミックスベジタブル たまねぎ にんじん とうもろこし だいこん オレンジ	860 kcal	
小2-2リクエスト									
11	木	麦ごはん	鶏肉の唐揚げ 胡麻ドレサラダ さつま汁 手作りぶどうゼリー	○	鶏もも皮つき ハム 豚肉 みそ 牛乳	米 麦 かたくり粉 油 さつまいも ドレッシング ゼリー	しょうが にんにく キャベツ ブロッコリー 赤ビーマン ヤングコーン だいこん にんじん ねぎ	860 kcal	
12	金	鮭のホワイトスパゲティー	アーモンド和え いちご蒸しパン	○	さけ ひじき 牛乳	スパゲティ 油 アーモンド 砂糖 ホットケーキミックス	さやいんげん たまねぎ にんじん マッシュルーム キャベツ ほうれんそう ぶなしめじ いちごソース	780 kcal	
15	月	キムタクご飯	蒸しシユーマイ ほうれん草のサラダ 青梗菜のスープ ヨーグルト	○	豚肉 ヨーグルト 牛乳	米 油 ごま マヨネーズ ドレッシング シューマイの皮	にんじん キムチ ツボ漬け ねぎ ほうれんそう だいこん ぶなしめじ ブロッコリー 青梗菜 干しこいたけ はくさい	730 kcal	
16	火	麦ごはん ぶりかけ	白身魚のマヨネーズ焼き さつまいものそぼろ煮 味噌豚ごま汁 バナナ	○	メルルーサ 豚肉 みそ 牛乳	米 麦 マヨネーズ さつまいも 砂糖 かたくり粉 ごま	たまねぎ マッシュルーム とうもろこし にんじん さやいんげん しょうが もやし ねぎ にら バナナ	800 kcal	
高3-2リクエスト									
17	水	食パン ちみつ＆マークリン	タンドリーチキン シーザーサラダ ボトル 手作りバニラババロア	○	鶏肉 ヨーグルト ハム チーズ ミートボール ベーコン 牛乳	食パン クルトン はちみつ＆マーガリン ドレッシング ジャガイモ バニラババロア	しょうが にんにく きゅうり キャベツ たまねぎ 赤ビーマン にんじん	850 kcal	
18	木	麦ごはん	もうか竜田揚げ じゃこ菜豆炒め すまし汁 りんご	○	もうか ビーンズミックス 大豆 生揚げ しらす干し わかめ 豆腐 牛乳	米 麦 かたくり粉 油 ごま	小松菜 にんにく キャベツ たまねぎ しょうが りんご	730 kcal	
食育の日(冬野菜献立)									
19	金	チゲ鍋うどん	多菜包子 もやしのナムル 杏仁豆腐	○	豚肉 鶏肉 ひじき 油あげ 牛乳	うどん ごま油 砂糖 ドレッシング 杏仁豆腐 アセロラジュレ 片栗粉	キムチ はくさい キャベツ にんじん だいこん ごぼう ねぎ にんにく もやし 小松菜 せんまい 水煮 黄桃缶 パイン缶	690 kcal	
冬至献立									
22	月	麦ごはん ぶりかけ	鮭味噌鰻焼き レンコンのきんぴら みそ汁 はちみつゆずゼリー	○	さば みそ 油揚げ 牛乳	米 麦 砂糖 こんにゃく 油 ごま	れんこん ピーマン にんじん かぼちゃ スナックエンドウ ゆず果汁	830 kcal	
23	火	麦ごはん	豚肉のすき焼き風 レモン和え すまし汁 みかん	○	豚肉 焼き豆腐 かまぼこ 油あげ あさり 牛乳	米 麦 しらたき 油 砂糖 焼きふ	えのきだけ ねぎ はくさい ほうれんそう ぶなしめじ にんじん レモン汁 小松菜 みかん	700 kcal	
クリスマス献立									
24	水	エビピラフ	フライドチキン クリスマスサラダ コンソメスープ クリスマスデザート	ジョア	えび 鶏肉 チーズ ベーコン ジョア	米 バター かたくり粉 油 ドレッシング さつまいも ケーキ	たまねぎ にんじん ピーマン しょうが にんにく ほうれんそう 赤ビーマン 黄ビーマン カリフラワー キャベツ	820 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。

全18回

12月の山梨県産食材：米、玉ねぎ、きゅうり、卵、じゃがいも、豚肉（大月市のびのびファーム）、干しこいたけ、大塚人参、さつまいも、大根、白菜

平均
760 kcal



12月

寄宿舎献立表



山梨県立やまびこ支援学校

	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)
朝		ごはん みそ汁 さばの塩焼き 焼豆腐の煮物 チーズ	ごはん みそ汁 もやしとウインナーのソテー ^{トマトオムレツ} 焼厚揚げ ^{わかめサラダ} ジョア	バターロール コンソメスープ トマトオムレツ わかめサラダ ジョア	ごはん みそ汁 納豆、焼海苔 ツナの甘辛煮
夕	煮込みうどん シシャモフライ サラダ ブルーン	レタスチャーハン スープ チヂミ サラダ	ご飯 豆乳鍋 きんぴらごぼう ヤクルト	ごはん すき焼き風に 小松菜とえのきのおひたし すまし汁	
	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)
朝		ごはん みそ汁 ぶりの塩焼き きゅうりのあえ物 ふりかけ	ごはん みそ汁 チキンオーブン焼き 小松菜と切り干し大根の炒め煮 チーズ	ごはん みそ汁 納豆、焼き海苔 もやしのソテー ^{みかん}	食パン コーンポタージュ 目玉焼き グリーンサラダ ヨーグルト
夕	ご飯 トンカツ ポテトきんぴら 卵スープ フルーツポンチ	やまびこナンカレー ジュリアンソテー ^{バナナ} やまびこオリジナル メニュー	ビビンバ 豆腐のキムチ炒め ワンタンスープ	ごはん 鮭のホイル焼き もやしのカレー炒め 豚汁	
	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)
朝		ごはん みそ汁 信田煮 なすの味噌炒め	ごはん みそ汁 もうかの照り焼き 野菜炒め ふりかけ	パン ボイルウィンナー コンソメスープ 野菜のドレッシング和え	ごはん みそ汁 納豆、焼き海苔 野菜ソテー ヤクルト
夕	チキンライス ブラウンシチュー グリーンサラダ ケーキ	親子丼 野菜の味噌あんかけ 春雨のスープ	ごはん みそ汁 イカフライ じゃがいものベーコン煮 ラフランスゼリー	ゆかりごはん おでん 野菜の磯和え みそ汁	
	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)
朝		ごはん みそ汁 厚焼き玉子 ソフトいなり洋風炒め煮	ごはん みそ汁 つくね串 小松菜の煮びたし ふきたけのこ	ごはん みそ汁 炒り卵 大根と竹輪の煮物	
夕	ごはん 煮込みハンバーグ わかめときゅうりのレモン和え さいころスープ	ご飯 みそ汁 鮭の香味焼 ゆかり和え 南瓜のそぼろあん ヤクルト	ごはん ニラ玉甘酢あんかけ 小松菜のえのきのお浸し ザーサイスープ		