



# 3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

日	曜日	献立名			食品の種類とはたらき			エネルギー (中学部基準)
		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			
		入試応援献立	キャベツとしらすのナムル	シヨア	豚肉 しらす干し 牛乳	米 麦 小麦粉 パン粉 油 砂糖 ごま ごま油 ワントン	キャベツ きゅうり もやし きくらげ 白菜 清美オレンジ ワントン	730 kcal
2月		ソースカツどん	ワントンスープ 清美オレンジ	シヨア				
		ひなまつり献立	ハンバーグの野菜あんかけ	○	のり かにかま あさり かまぼこ 卵 鶏肉 牛乳	米 なたくり粉 ごま 砂糖 ひなあられ	えだまめ たまねぎ 干しいたけ にんじん ほうれんそう 菜の花 ぶなしめじ ねぎ	640 kcal
3月	火	ちらしずし	ごま和え すまし汁 ひなあられ	○				
		麦ごはん ふりかけ	さわらのカレー塩こうじ焼き ひじきの炒り煮 みそ汁 パイナップル	○	さわら ひじき 竹輪 油あげ みそ 牛乳	米 麦 こんにやく 油 砂糖 じゃがいも	にんじん スナックエンドウ パイナップル さやいんげん	650 kcal
5月	木			○				
		長崎ちゃんぽん	多菜包子 大根のサラダ 杏仁豆腐	○	豚肉 シーフードミックス かまぼこ 多菜包子 牛乳	中華めん 油 ごま油 砂糖 ごま 杏仁豆腐 アセロラジュレ	キャベツ もやし たまねぎ にんじん きくらげ にはら 干しいたけ だいこん 赤ピーマン きゅうり とうもろこし もも缶 みかん缶	870 kcal
		卒業お祝い献立	エビカツ	○	あずき エビカツ 卵 のり はんぺん 牛乳	米 もち米 ごま 油 マヨネーズ ドレッシング クレープ	ほうれんそう えだまめ ブロッコリー ぶなしめじ にんじん 小松菜	780 kcal
9月	月	赤飯	野菜の磯和え すまし汁 お祝いクレープ	○				
		わかめとチーズのサラダ	フルーツカクテル	○	豚肉 牛肉 わかめ チーズ 牛乳	米 麦 じゃがいも 油 カレールウ サイダー ゼリー ドレッシング	たまねぎ にんじん 赤ピーマン 黄ピーマン キャベツ みかん缶 もも缶 いちご	810 kcal
11月	水	カレーライス		○				
		ジャンバラヤ	コールスローサラダ クラムチャウダー 清美オレンジ	○	ウインナー 鶏肉 ビーンズミックス ハム あさり 牛乳	米 油 ドレッシング じゃがいも	たまねぎ 赤ピーマン マッシュルーム ピーマン トマト缶 にんにく キャベツ にんじん とうもろこし ミックスベジタブル 清美オレンジ	720 kcal
12月	木			○				
		鶏肉の香草焼き	きのこサラダ ヨーグルト和え ひよこ豆と野菜のスープ	○	鶏肉 ハム ひよこ豆 ヨーグルト 牛乳	ドレッシング 油 砂糖 アセロラジュレ パン	しょうが パジル エリンギ ぶなしめじ 干しいたけ キャベツ とうもろこし 赤ピーマン セロリー にんにく もも缶 パイン缶 いちご	890 kcal
13月	金	ハートパン		○				
		高1リクエスト	もやしのナムル	○	豚肉 卵 生揚げ みそ 牛乳	米 油 ドレッシング 里芋 焼きプリンタルト	たまねぎ にんじん グリンピース しょうが もやし 小松菜 ぜんまい水煮 ごぼう だいこん ねぎ	750 kcal
16月	月	チャーハン	豚汁 焼きプリンタルト	○				
		さばみそ煮	レモン和え けんちん汁 パナナ	シヨア	さば みそ かまぼこ 油あげ 豆腐 ショア	米 麦 砂糖 里芋 ごま油	しょうが ほうれんそう ぶなしめじ にんじん レモン ごぼう だいこん スナックエンドウ パナナ	690 kcal
17月	火	麦ごはん ふりかけ		シヨア				
		ポトフ	フロッコリーのピーナッツあえ パイナップル	○	ウインナー ホキ 牛乳	パン 油 タルタルソース 落花生 砂糖 小麦粉 パン粉 さつまいも	キャベツ たまねぎ にんじん ブロッコリー いんげん豆 パイナップル	700 kcal
18月	水	フィッシュバー ガー		○				
		イタリアンサラダ	手作りいちごババロア	○	豚肉 牛肉 粉チーズ ツナフレーク 牛乳	スバゲティ 油 砂糖 ドレッシング バター ババロア	たまねぎ にんじん セロリー にんにく トマト缶 キャベツ 黄ピーマン 赤ピーマン ブロッコリー	820 kcal
19月	木	スバゲティ ポローネゼ		○				
		ポテトサラダ	みそ汁 さくらゼリー	○	鶏肉 卵 ハム 油あげ みそ 牛乳	米 麦 砂糖 じゃがいも マヨネーズ さくらゼリー	しょうが たまねぎ にんじん とうもろこし きゅうり キャベツ	780 kcal
23月	月	親子丼		○				
		ツナサラダ	フルーチェ	○	鶏肉 えび ツナ 牛乳	米 バター フルーチェ アセロラジュレ ドレッシング	にんじん たまねぎ マッシュルーム ピーマン キャベツ 赤ピーマン ブロッコリー コーン いちご みかん缶 洋ナシ缶	700 kcal
24月	火	エビクリーム ライス		○				
全14回								平均 750 kcal
3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）、干しいたけ、白菜、さつまいも								



3月

寄宿舎献立表



山梨県立やまびこ支援学校

	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)
朝		ごはん みそ汁 凍り豆腐の卵とじ いんげんのマヨネーズ和え たくあん漬け	入試		ごはん みそ汁 鮭西京焼き 野菜炒め チーズ うずら豆煮 ふりかけ
夕	ごはん さばの煮つけ 切り干し大根の胡麻和え すまし汁 ヨーグルト			ごはん いか大根 ひじきのマリネ ラーメン汁 清美オレンジ	
	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)
朝	<10日昼> 三色丼 ツナサラダ さいころスープ バナナ	ごはん みそ汁 つくね串 小松菜の五目炒め すだちゼリー	ごはん みそ汁 納豆 焼き海苔 こかぶのそぼろ煮 ヨーグルト	黒糖パン ジャム コーンスープ トマトオムレツ ツナサラダ バナナ	ごはん みそ汁 鯖の塩焼き 大根の煮物 チーズ
夕	ごはん 煮魚 ブロッコリーのにんにく炒め 豚汁 オレンジ	煮込みうどん エビシューマイ 酢味噌和え りんご	ごはん カツオフライ グリーンサラダ コンソメスープ パイ	ごはん 焼肉 厚揚げあんかけ みそ汁	
	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)
朝		ごはん みそ汁 目玉焼き 野菜ののり酢和え さつまいも甘露煮	ごはん みそ汁 納豆、焼き海苔 かぼちゃ煮物 ヤクルト	ごはん みそ汁 ぶりの照り焼き 野菜炒め ヨーグルト	
夕	ごはん チキン南蛮 きゅうりのごま酢和え 中華スープ	ごはん にら玉あんかけ 小松菜とえのきのお浸し ザーサイスープ	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 野菜スープ チーズ		
	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)
朝		食パン ジャム 春雨スープ ほうれん草のグラタン ブロッコリーサラダ ヨーグルト	ごはん みそ汁 チキンのオープン焼き 竹輪と大根の煮物 ふりかけ	春休み	春休み
夕	ごはん エビカツ 野菜の磯和え みそ汁 クレープ	ごはん 鶏肉の照り焼き カレー炒め コーンと卵のスープ いちご			