

令和8年度



10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 (中学部基準)
		主食	副食	牛乳	あ か 血や肉になるもの	き い ろ 力や熱になるもの	み ど り 体の調子をととのえるもの	
1	木	麦ごはん	魚フライタルタルソース 五目きんぴら みそ汁、オレンジ	○	ホキ、鶏肉、わかめ、 みそ、牛乳	米、麦、油、マヨネーズ、 こんにゃく、ごま油 砂糖、ごま	ごぼう、にんじん、ピーマン、はくさい、 だいこん、オレンジ	720 kcal
2	金	スパゲティ ミートソース	野菜のマリネ フルーツカクテル	○	豚肉、粉チーズ、ツナフ レーク、牛乳	スパゲティ、油、バター、 砂糖、アセロラジュレ	たまねぎ、にんじん、セロリー、にんにく、 パセリ、マッシュルーム、トマト 缶、キャベツ、黄ピーマン、赤ピーマン、 ブロッコリー、レモン汁、みかん	790 kcal
5	月	麦ごはん	あんかけニラ玉 春雨サラダ 竹の子スープ、パイナップル	○	卵、ハム、豚肉、牛乳	米、麦、油、砂糖、かたく り粉、はるさめ、ごま油、 ごま	しょうが、にら、にんじん、マッシュ ルーム、たまねぎ、きゅうり、たけの こ、干しいたけ、ねぎ、パイナップル	730 kcal
6	火	麦ごはん	炒り豆腐 もやしのナムル みそ汁、手作り抹茶パバロア	○	豆腐、鶏ひき肉、ひじき、 卵、油あげ、みそ、牛乳	米、麦、油、砂糖、ドレッ シング、じゃがいも、パバ ロア	ねぎ、にんじん、たまねぎ、ごぼう、も やし、小松菜、干しぜんまい	730 kcal
小5・2組リクエスト			ツナサラダ 肉団子スープ ヨーグルト	○	きな粉、ツナフレーク、 ミートボール、ヨーグルト 牛乳	パン、油、砂糖	キャベツ、ブロッコリー、カリフラワー、赤 ピーマン、ヤングコーン、たまねぎ、にんじ ん、青梗菜	610 kcal
8	木	麦ごはん	豚肉のしょうが炒め 小松菜のごま和え 卵とコーンのスープ、チーズ	○	豚肉、かまぼこ、卵、わか め、チーズ、牛乳	米、麦、油、ごま、砂糖	しょうが、もやし、にんじん、たまねぎ、 ピーマン、ぶなしめじ、小松菜、ブロッコ リー、とうもろこし	730 kcal
給食試食会			野菜の磯和え フルーツヨーグルト	○	豚肉、卵、刻みのり、ヨー グルト、牛乳	米、麦、じゃがいも、油、 カレールウ、マヨネーズ、 ドレッシング、アセロラ ジュレ	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、えだま め、ブロッコリー、ぶなしめじ、もも缶、パ イン缶	800 kcal
13	火	麦ごはん	かつおフライ キャベツとひじきの和え物 すまし汁、パイナップル	○	かつお、鶏卵、ひじき、 わかめ、豆腐、かまぼこ、 牛乳	米、麦、薄力粉、パン粉、 油、砂糖、ごま	キャベツ、ほうれんそう、にんじん、ぶなし めじ、たまねぎ、パイナップル	680 kcal
14	水	ナンビザ	さつまいものシチュー きのこサラダ フルーチェ	○	ベーコン、粉チーズ、鶏 肉、生クリーム、ハム、 牛乳	ナン、さつまいも、ドレッ シング、フルーチェ	たまねぎ、ピーマン、とうもろこし、にんじ ん、ぶなしめじ、エリンギ、干しいたけ、 キャベツ、パイン缶、みかん缶	680 kcal
15	木	麦ごはん ふりかけ	もうか生姜みそ焼き そぼろ煮、すまし汁 手作り青りんごゼリー	○	もうか、みそ、鶏肉、な ると、牛乳	米、麦、じゃがいも、砂 糖、かたくり粉、ゼリー	にんにく、にんじん、ごぼう、さやいんげ ん、小松菜、たまねぎ	630 kcal
小3・4年リクエスト			あじの塩麹焼き 凍り豆腐の含め煮 中華スープ、焼きプリンタルト	○	あじ、凍り豆腐、さつま揚 げ、牛乳	米、麦、こんにゃく、砂 糖、焼きプリンタルト	こうじ、にんじん、干しいたけ、スナッ クエンドウ、きくらげ、青梗菜	700 kcal
19	月	さつまいも ごはん	鯖のもみじ焼き おかか和え 打ち豆汁、さつまいもチップス	○	さば、ヨーグルト、かまぼ こ、だいず、油あげ、豆 腐、みそ、牛乳	米、さつまいも、ごま、マ ヨネーズ、砂糖、里芋	にんじん、ほうれんそう、だいこん、ね ぎ	740 kcal
20	火	麦ごはん	揚げ出し豆腐あんかけ 野菜の千草和え すまし汁、バナナ	○	揚げ出し豆腐、豚肉、く わかめ、あさり、牛乳	米、麦、油、砂糖、かたく り粉、ごま、焼きふ	干しいたけ、えだまめ、キャベツ、ほう れんそう、にんじん、もやし、小松菜、パナ ナ	700 kcal
21	水	チョコクル ルパン	鶏肉のピザ焼き ほうれん草のサラダ、ポトフ パイナップル	○	鶏肉、チーズ、ウインナー、 あさり、牛乳	パン、マヨネーズ、ドレッ シング	たまねぎ、ピーマン、マッシュルーム、か ぶ、キャベツ、にんじん、ほうれんそう、だ いこん、ぶなしめじ、ブロッコリー、パイ ナップル	770 kcal
22	木	麦ごはん ふりかけ	ますの甘塩焼き 切り昆布の煮物 みそ汁、オレンジ	○	からふとます、昆布、さつ ま揚げ、油あげ、みそ、 牛乳	米、麦、砂糖	にんじん、干しいたけ、だいこん、スナッ クエンドウ、ねぎ、オレンジ	645 kcal
十三夜			肉団子とブロッコリーのトマト煮 野菜サラダ おつけ団子汁、十三夜ゼリー	○	ミートボール、卵、鶏肉、油 あげ、みそ、牛乳	米、麦、油、砂糖、マヨネ ーズ、ドレッシング、薄力粉、 ゼリー	にんにく、ブロッコリー、たまねぎ、にんじ ん、さやいんげん、ピーマン、トマト缶、 キャベツ、カリフラワー、赤ピーマン、き ゅうり、ごぼう、だいこん、ねぎ	820 kcal
26	月	オムライス	ブロッコリーのごま和え ベーコンスープ パイナップル	○	鶏肉、錦糸玉子、かまぼこ、 ベーコン、牛乳	米、油、ごま、砂糖	ミックスベジタブル、たまねぎ、ブロッコ リー、キャベツ、いんげん豆、にんじん、カ リフラワー、パイナップル	860 kcal
27	火	麦ごはん	鮭のちゃんちゃん焼き 小松菜のごま和え とろろ昆布汁、乾燥ブルー	○	さけ、みそ、かまぼこ、と ろろ昆布、牛乳	米、麦、油、バター、砂糖、ご ま	キャベツ、もやし、ピーマン、小松菜、にん じん、ブロッコリー、たまねぎ、ねぎ、ブ ルー	670 kcal
28	水	麦ごはん	麻婆春雨 キャベツのゆかり和え すまし汁、ヨーグルト	○	かまぼこ、ヨーグルト、牛乳	米、麦、はるさめ、油、焼きふ	青梗菜、にんじん、きくらげ、ピーマン、ね ぎ、キャベツ、きゅうり、たまねぎ、小松菜	610 kcal
29	木	麦ごはん ふりかけ	鶏肉のネギ塩麹焼き 卵の花炒り、みそ汁 バナナ	○	鶏肉、おから、豆腐、みそ、 牛乳	米、麦、米こうじ、こんにゃ く、油、砂糖	ねぎ、にんじん、たまねぎ、ミックスベジ タブル、バナナ	720 kcal
ハロウィン献立			ハンバーグデミソース 海藻サラダ コンソメスープ、パンブキンパバロア	○	ツナフレーク、海藻、かまぼ こ、牛乳	米、バター、パバロア	マッシュルーム、ぶなしめじ、エリンギ、た まねぎ、にんじん、キャベツ、ブロッコ リー、ミックスベジタブル	630 kcal
								平均 713 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 21回

10月の山梨県産食材：米、玉ねぎ、卵、干しいたけ、みそ、じゃがいも、さつまいも、豚肉（大月市のびのびファーム）

10月 寄宿舎献立表

山梨県立やまびこ支援学校

				1 日 (木)	2 日 (金)
朝				パン オニオンスープ チキンナゲット 野菜サラダ	ご飯 なめこ汁 さばの醤油みりん焼き ツナサラダ
夕				ご飯 コンソメスープ ピーマンの肉詰め サラダ	
	5 日 (月)	6 日 (火)	7 日 (水)	8 日 (木)	9 日 (金)
朝				パン コンソメスープ ウインナー ドレッシング和え	ごはん みそ汁 ウインナーソテー ほうれん草のごま和え
夕			ごはん かき玉スープ ハンバーグ 野菜のカレー炒め	焼きうどん 中華スープ 春巻き きゅうりのごま酢和え	
	12 日 (月)	13 日 (火)	14 日 (水)	15 日 (木)	16 日 (金)
スポーツの日			ご飯 みそ汁 チキンのオープン焼き 小松菜と切り干し大根の炒め煮	パン コーンスープ ロールキャベツ ポテトキンピラ	ごはん みそ汁 オムレツ ソフトいなり洋風煮
		三色丼 すまし汁 大根のサラダ	ご飯 みそ汁 タラのホイル焼き 人参サラダ	わかめうどん かき揚げ 酢味噌和え	

	19 日 (月)	20 日 (火)	21 日 (水)	22 日 (木)	23 日 (金)
朝		パン コンソメスープ ツナマヨオムレツ 温野菜サラダ	ごはん みそ汁 カリフラワーの塩炒め 信田煮	ごはん みそ汁 シュウマイ 凍り豆腐の含め煮	ごはん みそ汁 ぶりの生姜醤油焼き 大根の煮物
夕	ごはん 根菜汁 サーモンフライ 野菜のマヨネーズ炒め	ごはん みそ汁 手作り肉団子 大根のサラダ	ビビンバ きくらげのスープ 豆腐のキムチ炒め	ご飯 とろろ昆布汁 チキン南蛮 里芋の煮物	
	26 日 (月)	27 日 (火)	28 日 (水)	29 日 (木)	30 日 (金)
朝		パン コンソメスープ ウインナー サラダ	ごはん みそ汁 野菜の卵とじ なめたけ和え	パン コーンスープ ほうれん草オムレツ 野菜のソテー	ごはん みそ汁 つくね串 小松菜の煮びたし ふきたけのこ
夕	交流のため欠食	親子丼 春雨とわかめのスープ 生揚げみそあんかけ	いかたらこスパゲティ 秋のシチュー オクラのサラダ	ゆかりごはん すまし汁 ナス炒め おでん	