



9月 学校給食献立表



神奈川県立藤沢支援学校

2026-09

日	献立		主な食材と体の中での働き			1人あたり たんぱく質 脂質 食塩相当量
			体を作る	熱や力になる	体の調子を整える	
3 木	チキンカレーライス ぎゅうにゅう 牛乳	グリーンサラダ(サウザン) ぶどうゼリー	とりにく,ぎゅうにゅう	こめ,むぎ,じゃがいも,あぶら	たまねぎ,にんじん, いためたまねぎ,グリーンピース, りんご,カリフラワー,キャベツ, きゅうり,パプリカ	707 kcal 24.2 g 15.3 g 2.0 g
4 金	ぶたどん 豚丼 ぎゅうにゅう 牛乳	けんちん汁 じる	ぶたにく,あぶらあげ,かつお, こんぶ,ぎゅうにゅう	こめ,むぎ,あぶら,かたくりこ, さといも,ごまあぶら	たまねぎ,えのきたけ,ねぎ, ほうれんそう,だいこん,にんじん, ごぼう,こんにゃく	679 kcal 32.7 g 20.7 g 2.2 g
7 月	ロールパン ぎゅうにゅう 牛乳	さつまいものシチュー こまつナソテー	とりにく,ぎゅうにゅう, まぐろ(缶詰、水煮)	ロールパン,あぶら,さつまいも, バター,はくりきこ	たまねぎ,にんじん, マッシュルーム,ブロッコリー, こまつな,とうもろこし,たまねぎ	743 kcal 30.0 g 30.2 g 2.9 g
8 火	はん ご飯 ぎゅうにゅう 牛乳	あ 揚げじゃがいものそぼろ煮 じる 具だくさん汁	あつあげ,ぶたにく,さつまあげ, とりにく,かつお,こんぶ, ぎゅうにゅう	こめ,むぎ,じゃがいも, あぶら,さとう,かたくりこ	にんじん,たまねぎ,たけのこ, ほししいたけ,グリーンピース, だいこん,にんじん,はくさい, ほうれんそう	704 kcal 26.3 g 21.2 g 2.0 g
9 水	はん ご飯 ぎゅうにゅう 牛乳	さかな しおや 魚の塩焼き やさいいた 野菜炒め しる みそ汁	ぶり,わかめ,あぶらあげ, かつお,こんぶ,みそ,ぎゅうにゅう	こめ,むぎ,あぶら	キャベツ,にんじん,こまつな, りょくとうもやし,たまねぎ, はねぎ,えのきたけ	688 kcal 33.7 g 25.9 g 2.3 g
10 木	わふう 和風スパゲッティ ぎゅうにゅう 牛乳	かぼちゃサラダ(ごま) ヨーグルト(ファイバーFe)	ベーコン,とりにく,ヨーグルト, ぎゅうにゅう	スパゲッティ,あぶら,バター	たまねぎ,にんじん,ぶなしめじ, えのきたけ,さやいんげん, かぼちゃ,アスパラガス,きゅうり	650 kcal 30.8 g 16.2 g 2.4 g
11 金	マーボー豆腐丼 ぎゅうにゅう 牛乳	はるさめ 春雨スープ	ぶたにく,とうふ,みそ,ベーコン, ぎゅうにゅう	こめ,むぎ,あぶら,さとう, かたくりこ,ごまあぶら,はるさめ	ねぎ,ほししいたけ,にんじん, たけのこ,にら,グリーンピース, たまねぎ,えのきたけ,こまつな	714 kcal 27.8 g 21.0 g 2.8 g
14 月	黒パン ぎゅうにゅう 牛乳	タンドリーチキン ジャーマンポテト ミネストローネ	とりにく,ヨーグルト,ウインナー, ベーコン,ぎゅうにゅう	くろパン,バター,じゃがいも, あぶら,マカロニ,さとう	レモン,たまねぎ,にんじん, セロリ,ほうれんそう,トマト	649 kcal 37.4 g 20.1 g 3.0 g
15 火	はん ご飯 ぎゅうにゅう 牛乳	さかな 魚のカレーしょうゆ焼き ずあ ごま酢和え しる みそ汁	さわら,かつお,こんぶ,みそ, ぎゅうにゅう	こめ,むぎ,さとう,ごま, ごまあぶら,やきふ	キャベツ,さやいんげん,きゅうり, ぶなしめじ,にんじん,だいこん, たまねぎ,ねぎ	650 kcal 32.1 g 18.6 g 2.2 g
16 水	チキンライス ぎゅうにゅう 牛乳	ジャーマンスープ りんごのムース	とりにく,ウインナー,ぎゅうにゅう	こめ,バター,あぶら,じゃがいも	トマトジュース,たまねぎ, マッシュルーム,とうもろこし, グリーンピース,にんじん, ほうれんそう	667 kcal 23.1 g 19.6 g 2.5 g
17 木	はん ご飯 ぎゅうにゅう 牛乳	すぶた 酢豚 わかめスープ	ぶたにく,わかめ,ぎゅうにゅう	こめ,むぎ,さつまいも,あぶら, かたくりこ,はくりきこ,さとう, ごまあぶら,ごま	にんじん,たけのこ,れんこん, ピーマン,たまねぎ,ほししいたけ, パインアップル,りょくとうもやし, ねぎ	766 kcal 27.3 g 21.1 g 2.5 g
18 金	スパゲティミートソース ぎゅうにゅう 牛乳	ピクルス	ぶたにく,だいずミート, チーズ,ぎゅうにゅう	スパゲッティ,あぶら,さとう	たまねぎ,にんじん, マッシュルーム,セロリ,ピーマン, いためたまねぎ,グリーンピース, きゅうり,だいこん,パプリカ	677 kcal 32.4 g 22.4 g 2.1 g
24 木	はん ご飯 ぎゅうにゅう 牛乳	とり て や 鶏の照り焼き おひたし しる みそ汁	とりにく,とうふ,かつお,こんぶ, みそ,ぎゅうにゅう	こめ,むぎ,さつまいも	こまつな,にんじん,はくさい, ぶなしめじ,だいこん,はねぎ	616 kcal 32.7 g 14.1 g 2.3 g
25 金	じゅうごやこんだて 十五夜献立		とりにく,ぶたにく,がんもどき, わかめ,かつお,こんぶ, ぎゅうにゅう	こめ,むぎ,ごまあぶら,あぶら, さといも,さとう,やきふ	まいたけ,ぶなしめじ,にんじん, えだまめ,こんにゃく,ごぼう, ほししいたけ,はくさい, さやいんげん,えのきたけ, たまねぎ	674 kcal 29.3 g 17.3 g 3.0 g



9月 学校給食献立表



神奈川県立藤沢支援学校

2026-09

日	献立		主な食材と体の中での働き			1人あたり たんぱく質 脂質 食塩相当量
			体を作る	熱や力になる	体の調子を整える	
28月	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	ししゃもフライ(ソース) チャプチェ とうふ 豆腐のスープ	ししゃもフライ,ぶたにく,とうふ, ぎゅうにゅう	こめ,むぎ,あぶら,はるさめ, さとう,ごまあぶら	たまねぎ,にんじん,しいたけ, りょくとうもやし,にら,だいこん, こまつな	749 kcal 23.9 g 26.4 g 2.5 g
29火	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	なまあ 生揚げのみそ炒め やさい 野菜汁	ぶたにく,あつあげ,みそ, あぶらあげ,かつお,こんぶ, ぎゅうにゅう	こめ,むぎ,あぶら,さとう, ごまあぶら	にんじん,たまねぎ,ほししいたけ, ピーマン,キャベツ,たけのこ, さやいんげん,だいこん,ごぼう, えのきたけ,ねぎ	689 kcal 27.7 g 21.1 g 2.2 g
30水	ソフトフランス ぎゅうにゅう 牛乳	さけ 鮭のムニエル グラッセ やさい 野菜スープ みかんゼリー	しろさけ,ベーコン,ぎゅうにゅう	ソフトフランス,はくりきこ, あぶら,バター,さとう	にんじん,さやいんげん,たまねぎ, とうもろこし,キャベツ,こまつな	624 kcal 35.9 g 20.4 g 2.7 g

- ・献立は、材料の都合で変更になる場合があります。
- ・献立には高等部の提供栄養量が記載してあります。中学部は記載の90%、小学部は記載の60%を目安に提供しています。