



[令和8年11月給食予定献立表]



神奈川県立鎌倉支援学校

日	こんだてめい 献立名	牛乳 ぎゅうにゅう	あか なかま 赤の仲間 ち にく 血や肉になる	き なかま 黄の仲間 ねつ ちから もと 熱や力の元になる	みどり なかま 緑の仲間 からだ ちようし ととの 体の調子を整える	その他	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
2 日月曜日	ごはん	○		米, 麦 [配慮は不使用]			704 kcal
	カレーマールボー		豆腐, 豚肉, 大豆 [配慮は不使用]	油, 上白糖, 片栗粉	しょうが, 玉ねぎ, にんじん, 椎茸, グリンピース	酒, しょうゆ, カレー粉, 中華だし, 食塩, こしょう	30.5 g
	ちゅうかコーンスープ		鶏肉	片栗粉, ごま油	にんじん, 玉ねぎ, はくさい, とうもろこし, スイートコーン缶詰	中華だし, しょうゆ, 食塩	19.0 g
							2.6 g
4 日水曜日	ソフトフランスパン	○		★ソフトフランスパン			662 kcal
	ぶたにくと こんさいの トマトに		豚肉	オリーブ油, 上白糖, 薄力粉	玉ねぎ, にんじん, ごぼう, れんこん, ぶなしめじ, さやいんげん, トマト缶	赤ワイン, トマトピューレ, コンソメ, 食塩, こしょう, ローレル	30.6 g
	オニオンスープ			油	玉ねぎ, にんじん, だいこん, 玉ねぎ, グリンピース, とうもろこし	しょうゆ, コンソメ, 食塩, こしょう	25.5 g
							2.8 g
5 日木曜日	にくみそスパゲティ	○	豚肉, 大豆 [配慮は不使用], みそ	スパゲティ [ひやむぎ], 油, 上白糖, 片栗粉	しょうが, にんにく, 玉ねぎ, にんじん, セロリ, 椎茸, グリンピース	酒, コンソメ	790 kcal
	ヘルシーサラダ			じゃがいも	ブロッコリー, きゅうり, にんじん, とうもろこし	ノンエッグマヨネーズ	34.5 g
	ヨーグルト		★ヨーグルト				26.9 g
							2.3 g
6 日金曜日	ごはん	○		米, 麦 [配慮は不使用]			736 kcal
	めかじきと じゃがいもの あまからに		★めかじき	片栗粉, 米粉, 油, じゃがいも, 上白糖	えだまめ	酒, 食塩, しょうゆ, 酒	25.6 g
	りきゅうじる		みそ	じゃがいも, こんにゃく, ごま	にんじん, 長ねぎ, だいこん, しめじ	酒, しょうゆ, かつおだし	18.8 g
	ジョアストロベリー		★飲むヨーグルト				2.2 g
9 日月曜日	みそラーメン	○	豚肉, みそ	ラーメン [ひやむぎ], 油	にんにく, しょうが, もやし, 玉ねぎ, にんじん, はくさい, にら, 椎茸	酒, 中華だし, トウバンジャン, しょうゆ, こしょう	716 kcal
	じゃがいものごまに			じゃがいも, 上白糖, ごま		しょうゆ, 本みりん	32.5 g
	くだもの (みかん)				みかん		17.8 g
							2.6 g
10 日火曜日	ツナそぼろどん	○	ツナ油漬け, 高野豆腐 [豆腐]	米, 麦 [配慮は不使用], 上白糖	にんじん, しょうが, グリンピース	酒, しょうゆ, 本みりん	741 kcal
	わかめのみそしる		わかめ, 油揚げ, みそ		はくさい, だいこん, 長ねぎ	かつおだし	33.6 g
	どろけとうにゅうプリン					プリン (該当アレルギーなし)	22.1 g
							2.3 g
11 日水曜日	ロールパン	○		★ロールパン			711 kcal
	とりにくのドレッシングやき		鶏肉	上白糖, 油		食塩, こしょう, 酢	34.8 g
	かぼちゃのバターに			上白糖, ★バター	かぼちゃ	食塩	30.6 g
	きのこスープ		ベーコン	油	玉ねぎ, にんじん, ぶなしめじ, えのきたけ, こまつな	コンソメ, 食塩, こしょう	2.7 g
12 日木曜日	ごはん	○		米, 麦 [配慮は不使用]			667 kcal
	メルルーサの わふうムニエル		★メルルーサ	米粉, 油	しょうが	酒, しょうゆ, 本みりん	33.2 g
	ゆかりあえ				キャベツ, もやし	赤しそ, 食塩	14.7 g
	いなかじる		鶏肉, 油揚げ	さといも, ごま油	ごぼう, にんじん, 長ねぎ, まいたけ	酒, しょうゆ, 食塩, かつおだし	2.1 g
13 日金曜日	さつまいもごはん	○		米, さつまいも		酒, 食塩	707 kcal
	なまあげとやさいのみそに		豚肉, 厚揚げ [豆腐], みそ	油, こんにゃく, 上白糖	ごぼう, にんじん, 椎茸, さやいんげん	酒, しょうゆ, かつおだし	30.6 g
	はんぺんのすましじる		はんぺん (該当アレルギーなし)		だいこん, にんじん, 長ねぎ, こまつな	しょうゆ, 食塩, かつおだし	20.3 g
							2.9 g
17 日火曜日	カレーうどん	○	豚肉	ゆでめん [ひやむぎ], 油, 上白糖, 片栗粉	にんにく, しょうが, 玉ねぎ, にんじん, 長ねぎ, ぶなしめじ	酒, しょうゆ, カレールウ, 本みりん, トマトケチャップ, ウスターソース, 食塩, こしょう, かつおだし	696 kcal
	キャベツのごまいため			油, ごま	こまつな, キャベツ, にんじん	酒, しょうゆ	27.9 g
							18.6 g
							2.6 g
18 日水曜日	ごはん	○		米, 麦 [配慮は不使用]			726 kcal
	さわらのもみじやき		★さわら, おから [配慮は不使用]	薄力粉	にんじん	白ワイン, 食塩, こしょう, ノンエッグマヨネーズ	29.0 g
	じゃがバターコーン		★牛乳	じゃがいも, ★バター	とうもろこし	食塩, こしょう	18.7 g
	ほうれんそうのスープ		ウインナー		ほうれん草, だいこん, キャベツ, 玉ねぎ	コンソメ, しょうゆ, 食塩, こしょう	1.4 g
	ジョアブルーベリー		★飲むヨーグルト				

19 日 木 曜 日	ごはん	○		米			666 kcal
	ぶたにくの にんにく みそいため		豚肉, みそ	上白糖	にんにく, 玉ねぎ	酒, 本みりん, しょうゆ	32.6 g
	だいこんのすましじる		豆腐		こまつな, だいこん, にんじん, えの きたけ	しょうゆ, 食塩, かつおだし	17.5 g
	ふりかけ					やさしいふりかけ しそこんぶ [の り佃煮]	1.8 g
	りんごかん				りんご缶		
20 日 金 曜 日	くろパン	○		★黒パン			737 kcal
	さつまいもと きのこ の シチュー		鶏肉, 白花生, ★牛乳, ★ クリーム	さつまいも, 油, ★バ ター, 薄力粉	玉ねぎ, にんじん, ぶなしめじ	白ワイン, コンソメ, 食塩, こしょう	32.3 g
	れんこんサラダ			サウザンドレッシング (該当アレルギーなし)	キャベツ, にんじん, れんこん, 枝豆		26.1 g
							2.5 g
21 日 土 曜 日	かわりそぼろどん	○	豚肉, 大豆 [配慮は不使 用]	米, 麦 [配慮は不使用], しらたき, 油	にんじん, ほうれん草, しいたけ水 煮, 長ねぎ	しょうゆ, コンソメ	733 kcal
	さといものみそしる		油揚げ, わかめ, みそ	さといも	にんじん, だいこん	かつおだし	30.0 g
	いちごだいふくアイス					学級だいふくアイスいちご [★とけ ないアイス風デザートいちご]	19.9 g
			かまフェスおたのしみメ ニュー				2.2 g
24 日 火 曜 日	ごはん	○		米, 麦 [配慮は不使用]			732 kcal
	ホイコーロー		厚揚げ [豆腐], 豚肉, み そ	油, 上白糖, 片栗粉	玉ねぎ, キャベツ, にんじん, 青ピー マン, 長ねぎ, 椎茸, にんにく	酒, しょうゆ, 食塩, トウバンジャン	30.2 g
	ビーフンスープ		鶏ささみ	ビーフン [ひやむぎ], ごま油	もやし, こまつな, にんじん	中華だし, しょうゆ, 食塩, こしょう	24.4 g
							2.4 g
25 日 水 曜 日	ハヤシライス	○	牛肉, 豚肉, 白花生	米, 麦 [配慮は不使用], じゃがいも, 油	玉ねぎ, にんじん, トマト缶, マッ シュルーム	赤ワイン, ハヤシルウ, ウスターソー ス, ローレル, こしょう	740 kcal
	はくさいスープ		ウインナー		はくさい, だいこん, にんじん, ほう れん草	コンソメ, 食塩, こしょう	25.6 g
	あおりんごゼリー			青りんごゼリー (該当ア レルギーなし)			22.1 g
							2.6 g
26 日 木 曜 日	ごはん	○		米, 麦 [配慮は不使用]			667 kcal
	にくどうふ		豚肉, 豆腐	油, しらたき, 上白糖	にんじん, はくさい, 長ねぎ, 椎茸, ほうれん草	酒, しょうゆ, 本みりん, かつおだし	29.8 g
	じゃがいものみそしる		油揚げ, わかめ, みそ	じゃがいも	にんじん, だいこん	かつおだし	14.5 g
	ジョアマスカット		★飲むヨーグルト				2.4 g
27 日 金 曜 日	ごはん	○		米, 麦 [配慮は不使用]			825 kcal
	さばのなんぶやき		★さば	上白糖, ごま		酒, しょうゆ	34.2 g
	きんぴらごぼう		豚肉	こんにゃく, ごま油, 上白 糖	ごぼう, にんじん	酒, しょうゆ, 本みりん	34.3 g
	はちはいじる		豆腐, 油揚げ	じゃがいも, 片栗粉	だいこん, にんじん, こまつな, 椎茸	しょうゆ, 食塩, 本みりん, かつおだ し	2.2 g
30 日 月 曜 日	ちゅうかどん	○	いか, 豚肉	米, 麦 [配慮は不使用], 油, ごま油, 片栗粉	にんじん, 玉ねぎ, はくさい, たけの こ, 椎茸, さやいんげん	酒, しょうゆ, オイスターソース, 中 華だし, 食塩, こしょう	694 kcal
	キムチスープ		鶏肉, 豆腐, みそ	油	だいこん, にんじん, 長ねぎ ★白菜キムチ	酒, 中華だし	29.6 g
	のむヨーグルト		★飲むヨーグルト				17.1 g
	まっちゃアイスふうデ ザート		こうB3-1リクエストメ ニュー				
						★とけないアイス風デザート抹茶	2.8 g

※本校の対象アレルギー食品には記号★を表示しています

※事情により献立内容を変更することがあります

※常食の高等部の栄養価を基準にしています。小学部は2割前後少ない値です

※配慮食は [] の食材を使用します