

◆◆ 令和7年3月 給食予定献立表 ◆◆

金沢支援学校

- * 物価の動向等により、献立や材料を変更する場合があります。
- * 本校では卵不使用の練り製品、ハム類を選んでいます。
- * 食物アレルギー等対応食品は、記号を表示しています。○小麦類 ☆卵・魚卵 ◎乳類 △魚類 ◇えびかに □長芋山芋、ナッツ類 ▽和、パ、イ、マ、ゴ
- * しょうゆ、だしけずり粉は対応がありませんので、記号を省略しています。
- * 同じ料理にアレルギーが複数種類含まれる場合は、誤配膳防止のために全て除去(代替)して調理・提供します。

*配慮食は、[]内に代えて作ります。

*配慮食は、つなぎの卵を使わずに作ります。

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他	アレルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
3月	ごはん			無洗米			693 kcal
	さかなのゆうあんやき		△さわら [めかじき]		ゆず	本みりん、しょうゆ	30.5 g
	ごまあえ	○		すりごま、上白糖	こまつな、キャベツ、にんじん	しょうゆ	22.7 g
	すましじる		豆腐		みつば、えのきたけ	塩、しょうゆ、鰹粉	1.9 g
	ももゼリー					ももゼリー	
4月	カレーライス		豚肉、◎脱脂粉乳	無洗米、じゃがいも、米サラダ油、○小麦粉、◎有塩バター	玉ねぎ、にんじん、にんにく、しょうが、りんごソース	コンソメ、カレー粉、トマトピューレ、トマトケチャップ、中濃ソース、塩、しょうゆ、こしょう	795 kcal
	ゆでやさいさらだ	○			キャベツ、にんじん、ホールコーン、もやし	ソイ和風ドレッシング	27.1 g
	くれーぶ					いちごクレープ(卵乳小麦不使用) [豆乳プリン(卵乳小麦不使用)]	22.5 g
				リクエストメニュー ☆多 しゅしょくの部 1位 かれーらいす	リクエストメニュー ☆多 デザート部 1位 くれーぶ		2.6 g
5月	ごはん			無洗米			659 kcal
	さかなのおこうじやき	○	△さば [めかじき]			酒、塩	30.7 g
	おひたし				こまつな、キャベツ、にんじん	しょうゆ	20.3 g
	みそしる		油揚げ [豆腐]、みそ		長ねぎ、キャベツ	鰹粉	1.5 g
6月	さんどばん			◎◎サンドパン			687 kcal
	はんぱーぐ	○	豚肉、豆乳	○パン粉、米サラダ油、上白糖	炒め玉ねぎ、にんじん	塩、こしょう、赤ワイン、トマトピューレ、中濃ソース	35.1 g
	こふきいも			じゃがいも	パセリ	塩	21.0 g
	やさいすーぶ				キャベツ、玉ねぎ、こまつな	コンソメ、塩、こしょう、酒、水	2.3 g
	すだちゼリー					すだちゼリー	
10月	ごはん			無洗米			683 kcal
	にくどうふ	○	豚肉または牛肉、豆腐	しらたき、上白糖	はくさい、にんじん、長ねぎ、まいたけ、ほうれんそう	しょうゆ、本みりん、酒、鰹粉	33.2 g
	わふうさらだ				こまつな、にんじん、もやし、キャベツ、ホールコーン	ソイ和風ドレッシング	17.3 g
	みそしる		油揚げ [豆腐]、わかめ、みそ		玉ねぎ	鰹粉	2.9 g
11月	にくみそすばげてい	○	豚肉、みそ	○スパゲティ [ひやむぎ]、オリーブ油、米サラダ油、上白糖、かたくり粉	にんにく、しょうが、玉ねぎ、にんじん、セロリー、干し椎茸、炒め玉ねぎ、グリーンピース	酒、しょうゆ、コンソメ	686 kcal
	まめぼてとさらだ	○	大豆、金時豆、白隠元豆、枝豆、ハム	じゃがいも	枝豆、きゅうり、玉ねぎ、ホールコーン	ソイ和風ドレッシング	35.9 g
							16.7 g
						2.5 g	
12月	ごはん			無洗米			658 kcal
	さかなのにんにくみそやき	○	△さば [めかじき]、みそ	上白糖	にんにく	酒、本みりん、しょうゆ	31.1 g
	ごまずあえ			いりごま [ねりごま]、上白糖	こまつな、はくさい、もやし	しょうゆ、酢、塩	19.5 g
	すましじる		わかめ、豆腐		はくさい	塩、しょうゆ、鰹粉	2.3 g
13月	ちゅうかどん	○	豚肉	無洗米、米サラダ油、かたくり粉	干し椎茸、はくさい、玉ねぎ、にんじん	酒、塩、こしょう、コンソメ	627 kcal
	ごまみそあえ		みそ	ねりごま、上白糖	いんげん、キャベツ、だいこん、ホールコーン		27.9 g
	ささみとやさいのすーぶ		鶏肉		キャベツ、にんじん、こまつな、しょうが	酒、コンソメ、塩、こしょう	13.3 g
						1.8 g	

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 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
17月	ごはん	○		無洗米			674 kcal
	こおりどうふのいために		高野豆腐 [豆腐] , 豚肉, みそ	米サラダ油, 上白糖, ごま油	にんじん, にら, たけのこ缶詰, 干し椎茸, しょうが, にんにく	しょうゆ, 酒	33.5 g
	おひたし				こまつな, もやし	しょうゆ	17.2 g
	じゃがいものみそしる		みそ	じゃがいも	キャベツ, 長ねぎ	鰹粉	2.6 g
18火	どらいかれーらいす	○	豚肉, 大豆ミート(ミンチ)	無洗米, 米サラダ油, ○小麦粉	しょうが, にんじん, 玉ねぎ, キャベツ, グリンピース, レーズンサルタナ	ナツメグ(粉), カレー粉, トマトケチャップ, ウスターソース, 塩	702 kcal
	おにおんすーぶ			米サラダ油	玉ねぎ, にんじん, ホールコーン, パセリ, 炒め玉ねぎ	コンソメ, しょうゆ, 塩, こしょう	24.9 g
	みつくすふる一つかん				白桃缶, 黄桃缶, リンゴ缶, みかん缶 [アップルゼリー]		14.3 g
							2.7 g