

◆◆ 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 |