



2025年 7月 学校給食献立予定表



神奈川県立高津支援学校

日	主食	牛乳	おかず	赤の仲間口 血や肉になる	黄の仲間口 熱や力の元になる	緑の仲間口 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	メモ
1  (火)	ごはん	牛乳	肉じゃが 小松菜の味噌汁	油揚げ,豆腐,豚肉,牛乳	米,麦,じゃがいも,つきこ んにゃく,大豆サラダ油, 三温糖	こまつな,長ねぎ,玉ねぎ, にんじん,いんげん	729 kcal 25.7 g 21.2 g 2.7 g	肉じゃがは、ビーフシ チューをもとにして生 まれた料理です。
2  (水)	ハヤシライス	野菜 ジュ ース	ほうれん草のサラダ ヨーグルト	牛肉,シーチキン,ヨーグ ルト	米,麦,大豆サラダ油,三温 糖,薄力粉,和風ドレッシ ング(小袋)	にんじん,玉ねぎ,マッシュ ルーム,ぶなしめじ,しょうが, にんにく,玉ねぎ,ほうれんそ う,キャベツ,気になる野菜 ジュースアップル&キャロッ ト	723 kcal 22.4 g 15.1 g 2.8 g	ハヤシライスは「早矢 仕」さんという料理人 が海外の友人をもてな すために考案した日本 料理です。
3  (木)	中華風混ぜご飯	牛乳	白菜サラダ 杏仁豆腐	鶏卵,豚肉,なると,シーチ キン,牛乳	米,大豆サラダ油,ごま油, ごまドレッシング(小袋)	にんじん,長ねぎ,白菜,ほ うれんそう	710 kcal 31.7 g 19.7 g 2.7 g	混ぜご飯は4つの大き なご飯釜で炊いた白ご 飯に味付けした手作りの 具材を均等に混ぜ込 んで作ります。
4  (金)	白パン	牛乳	照り焼きチキン ブロッコリーサラダ 白花豆のポタージュ	白花豆,牛乳,生クリーム, 鶏肉	大豆サラダ油,バター,薄 力粉,三温糖,サウザンド レッシング(小袋)	玉ねぎ,パセリ,いんげん, にんじん,きゅうり,ブロッ コリー	700 kcal 34.4 g 36.6 g 3 g	照り焼きチキンとは、 たれの糖分によって、 表面に照りがでること が名前に由来です。
7  (月)	五目寿司	牛乳	ごまあえ ミルクアイス	鶏肉,こうや豆腐,焼きの り,牛乳	米,三温糖,大豆サラダ油, いりごま	たけのこ,干し椎茸,にんじ ん,えだまめ,ほうれんそ う,もやし	709 kcal 23.1 g 19.6 g 1.8 g	〈七夕献立〉 織姫と彦星が天の川で 出会えますように。
8  (火)	ごはん	牛乳	肉豆腐 じゃがいもの味噌汁	豚肉,焼き豆腐,油揚げ,わ かめ,牛乳	米,麦,しらたき,大豆サラ ダ油,三温糖,じゃがいも	白菜,にんじん,長ねぎ,し いたけ,かぶ,えのきたけ, 玉ねぎ	730 kcal 34.1 g 23.9 g 2.5 g	豆腐をたくさん使って います。
9  (水)	夏野菜カレー	牛乳	海藻サラダ	豚肉,ハム,牛乳	米,麦,大豆サラダ油,フレ ンチドレッシング(小袋)	玉ねぎ,にんじん,トマト, なす,ズッキーニ,玉ねぎ, りんごソース,キャベツ, きゅうり	711 kcal 25.1 g 20.2 g 2.7 g	今日の夏野菜カレーに はたくさんの生のトマ トを使用し、酸味のある カレーに仕上げま す。
10  (木)	胚芽パン チョコクリーム	牛乳	かぼちゃシチュー フレンチサラダ	鶏肉,牛乳,脱脂粉乳,生ク リーム,ハム	胚芽パン,大豆サラダ油, バター,薄力粉,オリーブ 油,三温糖	かぼちゃ,にんじん,玉ね ぎ,ブロッコリー,キャベ ツ,きゅうり,とうもろこ し,レモン汁	717 kcal 29.4 g 33.8 g 2.1 g	かぼちゃはしっかり火 を通しつつ、形を残し ます。
11  (金)	牛丼	牛乳	五目汁 湘南ゴールドゼリー	牛肉,豆腐,牛乳	米,大豆サラダ油,三温糖	玉ねぎ,長ねぎ,だいこん, ごぼう,にんじん	716 kcal 28.1 g 19 g 2.6 g	今日は牛肉を使いま す。お肉の種類によっ て、味や食感がことな ることを感じてくださ い。
14  (月)	酢豚丼	牛乳	枝豆サラダ マンゴープリン	豚肉,牛乳	米,麦,かたくり粉,じゃが いも,三温糖,ごま油,ごま ドレッシング(小袋)	にんじん,玉ねぎ,赤ピーマ ン,青ピーマン,たけのこ, 干し椎茸,キャベツ,きゅう り,ホールコーン,枝豆	731 kcal 29.8 g 17.4 g 2.2 g	酢豚には大きめに切っ た豚肉を使用します。
15  (火)	ラタトゥイユスパゲティ	ジョ ア	ツナサラダ	鶏肉,ベーコン,シーチキ ン,ジョア ブルーベリー	スパゲッティ,大豆サラダ 油,オリーブ油,ごまド レッシング(小袋)	なす,ズッキーニ,赤ピーマ ン,黄ピーマン,玉ねぎ,に んじん,ホールトマト,キャ ベツ,きゅうり,ホールコー ン	708 kcal 32.3 g 21.5 g 1.8 g	ラタトゥイユは夏野菜 をたくさん使用した煮 込み料理です。
16  (水)	はちみつロールパン	牛乳	チリコンカン マカロニサラダ いちごアイス	牛ひき肉,金時豆,ハム,牛 乳	じゃがいも,大豆サラダ 油,マカロニ,マヨネーズ (小袋)	玉ねぎ,にんじん,マッシュ ルーム,ホールトマト,キャ ベツ,きゅうり,ホールコー ン,えだまめ	745 kcal 24.6 g 33.8 g 2 g	今日のチリコンカンに は牛肉を使用します。

\* 原材料の都合や本校の開校状況により、献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。

\* 配慮食では食形態に合わせ、使用食材を一部変更することがあります。