



## 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□ 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	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,つきごんにやく,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,しゅうが,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、表面に照りができ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,しらたけ,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,かいたくり粉,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)	ラタトウイユスパゲティ	ジヨア	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	ラタトウ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。