

令和7年度



## 6月分 学校給食予定献立表



神奈川県立高津支援学校

日	曜	主食	牛乳	おかず等	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	たんぱく質 脂質 食塩相当量	メモ
2	月	はちみつロールパン	牛乳	りんごジャム 鶏肉のバブリカ煮 ブロッコリーサラダ ヨーグルト	鶏肉、生クリーム、ソファールブ レーン、牛乳	じゃがいも、バター、大豆サラダ油、 サラダ油、上白糖、ジャム	玉ねぎ、赤ピーマン、セロリー、 キャベツ、きゅうり、ブロッコ リー、にんじん、レモン汁	719 kcal 27.3 g 33.2 g 1.7 g	鶏肉のバブリカ煮にはバブリカ とバブリカ粉を使用します。
3	火	ベーコンピラフ	牛乳	トマトスープ	ベーコン、鶏肉、豆腐、鶏卵、牛乳	米、大豆サラダ油、バター、じゃがい も、かたくり粉	玉ねぎ、ミックスベジタブル、マッシュ ルーム、トマト	755 kcal 26.8 g 29.4 g 2.2 g	トマトスープには生のトマトを 使用します。
4	水	中華丼	牛乳	わかめスープ はちみつレモンゼリー	豚肉、うずらの卵、なると、豆腐、 わかめ、牛乳	米、麦、サラダ油、三温糖、ごま油、か たくり粉	白菜、にんじん、玉ねぎ、にら、た けのこ、干し椎茸、ほうれんそう	780 kcal 27.9 g 21.1 g 2.5 g	学校給食では毎日飲み物として 牛乳がつけます。牛乳はカルシ ウムが多く飲むと骨が丈夫にな ります。
5	木	ごはん	牛乳	生揚げのそぼろ煮 すまし汁	生揚げ、豚肉、牛乳	米、麦、サラダ油、上白糖、ふ	玉ねぎ、にんじん、さいいんげ ん、みつば、長ねぎ	703 kcal 31.9 g 21.3 g 2.7 g	大豆は油揚げ、納豆、しょう ゆ、みそなどいろいろいと変身し ます。今日の生揚げや納ごし豆 腐も大豆から作られます
6	金	カレーソーススパゲ ティ	牛乳	ひじきサラダ ぶどうゼリー	鶏肉、ひじき、ハム、牛乳	スパゲッティ、大豆サラダ油、薄力 粉、ごまドレッシング(小袋)	玉ねぎ、にんじん、セロリー、グ リンピース、ホールトマト、キャ ベツ、きゅうり、黄ピーマン	713 kcal 31.3 g 22.5 g 1.8 g	今日のカレーソーススパゲティ はとりひき肉に野菜等を加えた カレー味のミートソースです。
9	月	高野豆腐入り親子丼	牛乳	キャベツのみそ汁	こうや豆腐、たまご、鶏肉、牛乳	米、麦、上白糖、かたくり粉	玉ねぎ、にんじん、干し椎茸、み つば、キャベツ、ぶなしめじ、ほ うれんそう、長ねぎ	742 kcal 34 g 23.1 g 3.4 g	今日の親子丼には高野豆腐を加 えます。味が染み込み美味しく なります。
10	火	ミートソーススパゲ ティ	牛乳	ポテトウィンナーサラダ	豚肉、鶏肉、ウィンナー、牛乳	スパゲッティ、大豆サラダ油、三温 糖、薄力粉、じゃがいも、サウザンド レッシング(小袋)	玉ねぎ、にんじん、セロリー、 マッシュルーム、きゅうり、ブ ロccoli	756 kcal 32.7 g 27 g 2.1 g	ミートソーススパゲティのソー スにはみじん切りの野菜やきの こをたくさん入れます。
11	水	クアジュシー	牛乳	かぼちゃのみそ汁 シークワーサーゼリー	豚肉、昆布、油揚げ、牛乳	米、大豆サラダ油、三温糖	にんじん、干し椎茸、グリーンピ ース、ほうれんそう、かぼちゃ、長 ねぎ	272 kcal 25.5 g 24.5 g 2.5 g	クアジュシーは沖縄県の郷土 料理です。豚肉や昆布などさま ざまな具材を混ぜ込んだごはん です。
12	木	白パン	牛乳	クリームシチュー 干草和え みかんゼリー	鶏肉、牛乳、脱脂粉乳、生クリー ム、鶏卵	じゃがいも、バター、薄力粉、はるさ め、ごま、大豆サラダ油、三温糖	にんじん、玉ねぎ、ブロッコ リー、キャベツ、ほうれんそう	738 kcal 31.7 g 34.3 g 2.7 g	クリームシチューは市販のシ チュールウを使用せず薄力粉と バターと脱脂粉乳と牛乳で作リ ます。
13	金	ホイコーロー丼	牛乳	わかめと卵のスープ	豚肉、生揚げ、わかめ、豆腐、鶏卵、 牛乳	米、麦、大豆サラダ油、三温糖、かた くり粉、ごま油、いりごま	キャベツ、長ねぎ、にんじん、玉 ねぎ、青ピーマン、えのきたけ	733 kcal 33.1 g 25.2 g 2.3 g	ホイコーロー丼には、たくさん の野菜を使用予定です。
16	月	チキンカレーライス	牛乳	ツナサラダ	鶏肉、シーチキン、牛乳	米、じゃがいも、大豆サラダ油、薄力 粉、ごまドレッシング(小袋)	玉ねぎ、にんじん、りんごソー ス、キャベツ、きゅうり、コーン	724 kcal 26.6 g 20.6 g 2.5 g	【カレートリビア】インドのカ レーはただ香辛料を混ぜただけ のものでしたが、おいしく食べ られるように今のよう形へと 変化してきました
17	火	切干大根入りみそ豚 丼	牛乳	けんちん汁	豚肉、油揚げ、牛乳	米、麦、大豆サラダ油、三温糖、さとい も、つきごんにやく、ごま油	玉ねぎ、にんじん、いんげん、切 干しだいこん、だいこん、ごぼ う、長ねぎ	763 kcal 31.3 g 23.5 g 2.5 g	切干大根は水分をたくさん吸う ため、煮物にすすめの食材で す。
18	水	黒パン	牛乳	鶏肉と野菜のトマト煮 キャベツソテー プリン	鶏肉、ミックスビーンズ、ベーコン、牛乳	黒パン、じゃがいも、大豆サラダ油、 三温糖	玉ねぎ、にんじん、マッシュルー ム、青ピーマン、ホールトマト、 キャベツ、コーン	704 kcal 30.1 g 30.4 g 2.2 g	鶏肉と野菜のトマト煮にはトマ ト缶と生のトマトを使用しま す。
19	木	チャーハン	牛乳	鶏肉の中華スープ 杏仁豆腐	鶏卵、なると、鶏肉、豆腐、牛乳	米、大豆サラダ油、ごま油	玉ねぎ、青ピーマン、長ねぎ、に んじん、セロリー、キャベツ	742 kcal 33.5 g 22 g 2.5 g	今日の鶏肉の中華スープにはセ ロリーを入れ、鶏肉の臭みをと ります。
20	金	ひじきスパゲティ	牛乳	ちくわサラダ ヨーグルト	豚肉、ひじき、竹輪、ソファールブ レーン、牛乳	スパゲッティ、大豆サラダ油、フレン チドレッシング(小袋)	にんじん、玉ねぎ、青ピーマン、 しいたけ、キャベツ、いんげん、 もやし	738 kcal 37.8 g 21.7 g 2.6 g	今日のひじきスパゲティには神 奈川県産ひじきを使用予定で す。
23	月	鮭とアスパラガスの ピラフ	牛乳	マカロニスープ ももゼリー	鮭、豆腐、牛乳	米、大豆サラダ油、バター、じゃがい も、マカロニ	玉ねぎ、グリーンピース、ホール コーン、マッシュルーム、ほうれ んそう、にんじん	708 kcal 24.6 g 18.4 g 2.0 g	アスパラガスは細かく刻み、食 べやすくします。
24	火	魚のかば焼き丼	牛乳	さといものみそ汁	まあじ、油揚げ、牛乳	米、麦、かたくり粉、大豆サラダ油、三 温糖、さといも	ほうれんそう、もやし、にんじ ん、長ねぎ	741 kcal 37.4 g 22.3 g 2.6 g	魚のかば焼き丼には鰯を使用予 定です。
25	水	皿うどん	牛乳	中華サラダ さくらんぼゼリー	豚肉、なると、うずら卵、かまぼ こ、わかめ、牛乳	大豆サラダ油、三温糖、かたくり粉、 ごま油、いりごま	白菜、にんじん、たけのこ、干し 椎茸、玉ねぎ、にら、きくらげ、 きゅうり、キャベツ、もやし	729 kcal 27.2 g 33.1 g 2.5 g	個包装の皿うどんを配食しま す。皿うどんをほぐしながら、 クラスであんをかけてたべてく ださい。
26	木	ロールパン	牛乳	湘南ゴールドジャム ボルシチ バブリカサラダ プリン	牛肉、生クリーム、牛乳	ロールパン、じゃがいも、大豆サラダ 油、上白糖、バター、サウザンドレ ッシング(小袋)、ジャム	にんじん、玉ねぎ、キャベツ、 ピーツ、ホールトマト、赤ピーマ ン、黄ピーマン、いんげん	703 kcal 28.7 g 30.3 g 2.6 g	ボルシチにはビーツという野菜 を使用します。
27	金	もずく丼	牛乳	かぼちゃのみそ汁	豚肉、もずく、油揚げ、牛乳	米、麦、大豆サラダ油、三温糖、かた くり粉	にんじん、青ピーマン、コーン、 ほうれんそう、かぼちゃ、長ねぎ	732 kcal 28.7 g 25.3 g 2.6 g	もずくは赤の仲間でカルシウ ム・食物繊維が多く含まれてい ます。
30	月	マーボー丼	牛乳	コーンサラダ プリン	豆腐、豚肉、牛乳	米、麦、大豆サラダ油、上白糖、ごま 油、かたくり粉、大豆油、オリーブ油、 三温糖	長ねぎ、キャベツ、にんじん、 きゅうり、コーン、レモン汁	725 kcal 28.6 g 22.6 g 2.2 g	麻婆豆腐丼にはテンメンジャン と豆板醤を使用し、辛さを調節 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。

