

令和7年度4月 給食献立予定表

R7.4.8 新潟市立西特別支援学校

日 (曜)	予 定 献 立	黄のなかま 力や熱のもとになる		赤のなかま 血や肉になる		緑のなかま 体の調子をととのえる		エネルギー(kcal) タンパク質(g)	
								小	中
9 日 (水)	ごはん	米						598 20	742 24
	ポークカレー	じゃがいも ルウ (米粉 砂糖 でん粉)	サラダ油	豚肉		にんじん トマト	たまねぎ ぶなしめじ グリーンピース にんにく		
	ひじきサラダ		サラダ油	ロースハム	ひじき		キャベツ きゅうり		
	福神漬け	砂糖					だいこん なす れんこん にんじん しょうが しそ		
	いちごゼリー	糖類(果糖ぶどう糖液 糖、麦芽糖、砂糖)					いちご		
	牛乳				牛乳				
10 日 (木)	ごはん	米						560 25	704 31
	のりの佃煮	水あめ 砂糖 でん粉 はちみつ			ひとえぐさ				
	豚汁	じゃがいも つきこんにゃく		生揚げ 豚肉 みそ		にんじん	ごぼう だいこん ねぎ		
	白身魚のたつた揚げ	でん粉	揚げ油	ほき					
	コーン入りひたし					こまつな	もやし ホールコーン		
	牛乳				牛乳				
11 日 (金)	ごはん	米						574 26	724 32
	五目汁	はるさめ		鶏肉		にんじん ほうれんそう	ぶなしめじ たけのこ ねぎ		
	豚肉のごまみそあえ	三温糖	すりごま ごま ごま油	豚肉 みそ			しょうが		
	野菜のきんぴら	じゃがいも 三温糖 つきこんにゃく	サラダ油 ごま	さつま揚げ		にんじん さやいんげん	ごぼう		
	牛乳				牛乳				
14 日 (月)	ごはん	米						590 24	744 29
	春キャベツのみそ汁	じゃがいも		生揚げ みそ			ねぎ キャベツ		
	チキンたれかつ	パン粉(小麦) でん粉 三温糖	揚げ油	鶏肉					
	ごま酢あえ	砂糖	ねりごま すりごま			ほうれんそう にんじん	もやし		
	牛乳				牛乳				
15 日 (火)	ごはん	米						626 25	776 32
	マーボー丼	三温糖 でん粉	サラダ油 ごま油	木綿豆腐 豚肉挽肉 みそ		にら	ねぎ にんにく しょうが しいたけ きくらげ		
	切り干し大根のナムル	砂糖	ごま油 ごま			にんじん	切干しだいこん きゅうり		
	プリン(アレルギー-28品目無し)	粉あめ ぶどう糖果糖 液糖 グラニュー糖 さつまいもペースト							
	牛乳				牛乳				
16 日 (水)	ごはん	米						521 24	653 29
	たけのこのみそ汁	じゃがいも		みそ	わかめ		たけのこ ねぎ だいこん		
	カレイの南蛮漬け	でん粉 三温糖	揚げ油 ごま油	アブラカレイ			しょうが ねぎ		
	えのき入りひたし	三温糖				こまつな	もやし えのきたけ		
	牛乳				牛乳				
17 日 (木)	フルーツパン	コッパパン(小麦粉)			スキムミルク		レーズン グリーンレーズン クランベリー パパイア パイナップル	560 25	704 32
	にら卵スープ	じゃがいも でん粉		卵		にら	えのきたけ ねぎ		
	ハンバーグのケチャップ煮	でん粉 糖類(砂糖 ぶどう糖)		鶏肉 豚肉 大豆			しょうが にんにく たまねぎ		
	パイナップルサラダ		サラダ油				キャベツ きゅうり パイナップル		
	牛乳				牛乳				

18日 (金)	ごはん	米						632 31	800 39
	春野菜の煮物	じゃがいも 三温糖 こんにゃく		豚肉 焼き竹輪 がんもどき(大豆)		にんじん	ごぼう たけのこ ふき		
	ますの塩麹焼き			ます(さけ)					
	アーモンドあえ	砂糖	細切りアーモンド アーモンド粉末			ほうれんそう にんじん	キャベツ		
	牛乳				牛乳				
21日 (月)	たけのこごはん	米 砂糖		油揚げ		にんじん	たけのこ	511 27	640 34
	生揚げとわかめの味噌汁	じゃがいも		生揚げ みそ	わかめ	こまつな			
	鶏肉の照り焼き	砂糖		鶏肉			しょうが		
	キャベツときゅうりの即席漬け		ごま				キャベツ きゅうり		
	牛乳				牛乳				
22日 (火)	ごはん	米						578 23	728 28
	けんちん汁	じゃがいも 三温糖 つぎこんにゃく	サラダ油	木綿豆腐		にんじん	ねぎ だいこん ごぼう		
	さばのみそ煮	砂糖		さば みそ			生姜		
	しめじ入りひたし	三温糖				こまつな	もやし ぶなしめじ		
	牛乳				牛乳				
23日 (水)	ごはん	米						588 25	742 31
	ふりかけ(かつお)	ぶどう糖 砂糖 でん粉		鰹節粉 鰹削り節	のり				
	わかめスープ			鶏肉 なんと	わかめ	にんじん チンゲンサイ	えのきたけ キャベツ		
	レバー入りメンチカツ	でん粉 パン粉 小麦粉	揚げ油	豚肉 豚レバー 大豆			玉ねぎ		
	しょうゆフレンチ		米ぬか油	ロースハム		ほうれんそう	もやし		
24日 (木)	牛乳				牛乳				
25日 (金)	カレー味ごはん	米	サラダ油					574 18	737 24
	鶏肉ときのこのクリームソース	ルウ(小麦粉)	バター(乳) サラダ油	鶏肉	粉チーズ(乳) 牛乳	にんじん パセリ	ぶなしめじ たまねぎ		
	ツナとブロッコリーのサラダ		サラダ油	ツナ		ブロッコリー	キャベツ ホールコーン たまねぎ		
	みかんジュース						みかん果汁		
	ごはん	米							
25日 (金)	じゃがいもの鶏そぼろ煮	じゃがいも 三温糖 でん粉	サラダ油	とりひき肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ たけのこ	557 22	698 26
	じゃこ昆布	三温糖	ごま		昆布 ちりめんじゃこ				
	たくあんあえ						きゅうり キャベツ たくあん		
	いちご						いちご		
	牛乳				牛乳				
28日 (月)	ごはん	米						567 25	714 31
	あさりと玉ねぎのみそ汁			あさり 木綿豆腐 み そ		こまつな	えのきたけ たまねぎ		
	鶏肉と大豆のごまがらめ	でん粉 三温糖	揚げ油 ごま	だいたい 鶏肉			しょうが		
	塩もみ						キャベツ きゅうり		
	牛乳				牛乳				
30日 (水)	ごはん	米						614 21	769 25
	ハヤシライス	じゃがいも ルウ (小麦粉 米粉 砂糖 でん粉)	サラダ油	豚肉	粉チーズ	にんじん トマト	たまねぎ にんにく しょうが グリンピース		
	福神あえ		ごま				キャベツ だいこん なす れんこん にんじん しそ しょうが		
	乾燥プルーン						プルーン		
	牛乳				牛乳				