

# 令和8年1月 学校給食予定こんだてひょう

桜が丘特別支援学校

ひ に ち	よ う び	こ ん だ て め い	含まれるアレルギー	ざ い り よ う			エネルギー kcal
				血や肉のもとになる	体の調子をととのえる	熱や力のもとになる	たんぱく質 g
9	金	牛乳	乳	牛乳			634 20.4
		冬野菜カレー	小麦、大豆、豚肉、りんご、果物、トマト	豚ひき肉	玉ねぎ にんじん かぶ りんご カリフラワ ー ブロッコリー レーズン	こめ サラダ油 じゃがいも カレーフレーク	
		海藻サラダ	小麦、ごま、大豆	海藻ミックス	だいこん きゅうり とうもろこし	ごま油 砂糖 いりごま	
		バナナ	バナナ、果物		バナナ		
13	火	牛乳	乳	牛乳		こめ 麦	626 26.1
		麦ごはん				ごま油 さといも	
		けんちん汁	小麦、ごま、大豆	木綿豆腐 油揚げ	ごぼう にんじん 根深ねぎ	パン粉 黒砂糖 いりごま	
		松風焼き	小麦、卵、乳、ごま、大豆、鶏肉	鶏ひき肉 スキムミルク 卵	玉ねぎ	砂糖	
		かぶの甘酢漬け	小麦	くきわかめ	かぶ		
14	水	りんご	りんご、果物	りんご			582 26.8
		牛乳	乳	牛乳		ミニクロワッサン	
		ミニクロワッサン	小麦、卵、乳、大豆			スパゲッティ オリーブオイル サラダ油 小 麦粉 バター	
		さけとほうれん草のクリームスパゲッティ	小麦、乳、さけ、大豆、鶏肉、豚肉、魚	さけ骨皮なし 牛乳 生クリーム	玉ねぎ ぶなしめじ ほうれん草	砂糖 サラダ油	
		レモンサラダ	小麦、卵、大豆、豚肉、果物	ハム 錦糸卵	キャベツ きゅうり ポッカレモン		
15	木	バナナ	バナナ、果物	バナナ			646 25.5
		牛乳	乳	牛乳		こめ サラダ油 砂糖	
		三色そぼろ丼	小麦、卵、大豆、鶏肉	鶏ひき肉 卵そぼろ きざみのり	玉ねぎ		
		白みそのみそ汁	大豆	厚揚げ	にんじん こんにゃく 白菜 根深ねぎ		
		ポテトサラダ	小麦、卵、大豆、鶏肉、豚肉、りんご、魚、 果物	ハム	とうもろこし きゅうり	じゃがいも マヨネーズ	
16	金	牛乳	乳	牛乳		こめ 麦	652 25.2
		麦ごはん				さといも 砂糖 サラダ油	
		肉みそおでん	小麦、牛肉、大豆、豚肉、魚	さつまあげ 厚揚げ 合挽肉	にんじん だいこん こんにゃく いんげん	揚げ油	
		きびなごのかりかりフライ	大豆、魚	きびなごフライ	きゅうり	緑豆はるさめ 砂糖 いりごま	
		ひよつづの酢の物	小麦、卵、ごま、大豆	ひよつづ 錦糸卵			
19	月	牛乳	乳	牛乳			651 22.6
		皿うどん	小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉、魚、トマト	豚バラ肉 かまぼこ	にんじん たけのこ しいたけ もやし キャ ベツ キヌサヤ	揚げチャーメン サラダ油 砂糖 でん粉	
		ゆで干し大根のナムル	小麦、ごま、大豆		ゆで干大根 小松菜 にんじん	ごま油 砂糖 いりごま	
		中華蒸しパン	小麦、乳、ごま、大豆、豚肉	スキムミルク 豚ひき肉	玉ねぎ	蒸しパンミック ごま油 でん粉	
20	火	牛乳	乳	牛乳		こめ 麦	605 24.7
		麦ごはん				麩	
		お麩と小松菜のみそ汁	小麦、大豆	カットわかめ	えのきたけ 小松菜	小麦粉 揚げ油	
		豆腐のおとし揚げ	小麦、卵、大豆、魚	木綿豆腐 鮭 卵	こねぎ	サラダ油 砂糖	
		五島三菜の煮物	小麦、大豆、豚肉	豚もも肉	五島三菜 突きこんにゃく いんげん		
21	水	牛乳	乳	牛乳		こめ サラダ油 砂糖	613 23.3
		鶏ごぼうピラフ	小麦、大豆、鶏肉	鶏もも肉 油揚げ	ごぼう にんじん とうもろこし グリンピース	じゃがいも 小麦粉 バター	
		クリームスープ	小麦、乳、大豆、鶏肉	牛乳	にんじん 玉ねぎ 小松菜	砂糖 オリーブオイル	
		ほうれん草のサラダ	小麦、大豆、豚肉	ハム 刻みのり	ほうれん草 もやし		
		りんご	りんご、果物		りんご		
22	木	牛乳	乳	牛乳		こめ 麦	642 29.6
		麦ごはん				米粉 揚げ油 砂糖	
		豆腐のすまし汁	小麦、大豆	木綿豆腐	にんじん ぶなしめじ 白菜 水菜	サラダ油 砂糖	
		魚のレモン揚げ	小麦、大豆、果物	たい切り身	ポッカレモン		
		ひじき煮	小麦、大豆	ひじき 油揚げ	にんじん 突きこんにゃく		
		バナナ	バナナ、果物	バナナ			
23	金	牛乳	乳	牛乳		こめ	648 27.2
		ごはん				いりごま	
		わかめスープ	小麦、乳、ごま、大豆、鶏肉、魚	かまぼこ カットわかめ	えのきたけ ほうれん草	パン粉	
		ミートローフ	小麦、卵、乳、牛肉、大豆、豚肉、トマト	合挽肉 卵 スキムミルク チーズ	玉ねぎ ミックスベジタブル	いりごま 砂糖	
26	月	白菜とりんごのサラダ	小麦、ごま、大豆、りんご、果物	きゅうり りんご 白菜 おろしりんご			646 29.2
		牛乳	乳	牛乳		こめ	
		にんじんごはん	小麦、大豆、魚	しらす干し	にんじん	サラダ油 さといも 焼麩 砂糖 でん粉	
		めっぺ汁	小麦、大豆、鶏肉	鶏もも肉 厚揚げ	こんにゃく ごぼう にんじん しいたけ	小麦粉 バター サラダ油 いりごま	
		鶏肉の南部焼き	小麦、乳、ごま、大豆、鶏肉	鶏もも肉	だいこん にんじん きゅうり	砂糖 ごま油	
27	火	ひじきのサラダ	小麦、ごま、大豆	ひじき			691 31.6
		牛乳	乳	牛乳		こめ マーガリン 小麦粉 パン粉 揚げ油	
		トルコライス	小麦、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉、トマト	ハム 鶏むね肉 卵 ウインナー 牛乳	玉ねぎ ミックスベジタブル ピーマン	サラダ油 砂糖 スパゲッティ	
		冬野菜スープ	小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉	ベーコン レッドキドニー	かぶ カリフラワー ブロッコリー		
28	水	りんご	りんご、果物	りんご			690 33.7
		牛乳	乳	牛乳		こめ 麦	
		麦ごはん				サラダ油 さといも くり 砂糖	
		くりつぼ	小麦、大豆、鶏肉、果物	鶏もも肉 厚揚げ	ごぼう れんこん こんにゃく にんじん し いたけ いんげん	でん粉 揚げ油 マヨネーズ	
		くじらのオーロラソース	小麦、卵、大豆、りんご、果物、トマト	くじら	きゅうり ゆで干大根	砂糖 いりごま	
29	木	ゆで干し大根の酢の物	小麦、ごま、大豆	カットわかめ			624 26.5
		牛乳	乳	牛乳		みかんパン	
		みかんパン	小麦、乳、大豆、果物			サラダ油 じゃがいも 小麦粉 バター	
		チキンクリームシチュー	小麦、乳、大豆、鶏肉	鶏もも肉 牛乳	玉ねぎ にんじん かぶ ほうれん草	ごま油 砂糖	
		中華ドレッシングサラダ	小麦、ごま、大豆	カットわかめ	キャベツ ブロッコリー きゅうり 赤ピーマン	砂糖	
30	金	りんごゼリー	豚肉、りんご、ゼラチン、果物	ゼラチン	りんごジュース りんご		650 30.9
		牛乳	乳	牛乳		こめ 麦	
		麦ごはん				餅	
		島原具雑煮	小麦、卵、大豆、鶏肉、魚	鶏もも肉 ちくわ 凍り豆腐 五目たまご焼き	しいたけ ごぼう 蓮根 白菜 しゅんぎく		
		ぶりの照焼き	小麦、大豆	ぶり切り身	だいこん にんじん	砂糖 いりごま	
30	金	五目なます	小麦、ごま、大豆	くきわかめ 糸かまぼこ			

献立を確認される場合はこちら

