[配 布 用 献 立 表]

2025年 1月　　0:通常献立　　埼玉県立狭山特別支援学校　　2024-12-10 印刷

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	ｴﾈﾙｷﾞｰ たんぱく質
14 火	おせきはん	○	とりのてりやき なます ぞうに	牛乳,赤飯用あずき,若鶏もも皮つき,鶏もも肉皮付き(小間),すこやか板無蒲鉾(28品目不使用)	精白米,国産もち米,黒いりごま,きび糖,片栗粉,白いりごま,砂糖（上白糖）,トック(国産)	ｼｮｳｶﾞ,だいこん,にんじん,こまつな,はくさい,干し椎茸,糸みつば	709 kcal 29.4 g
15 水	ココアあげパン	○	ポトフ ヨーグルト	牛乳,ﾌﾗﾝｸﾌﾙﾄｿｰｾｰｼﾞ（乳卵不使用）,鶏もも肉皮付き(小間),ヨーグルト	コッペパン　バラ包装,大豆白絞油,粉糖,グラニュー糖,ｵﾘｰﾌﾞｵｲﾙ,じゃがいも	ﾆﾝﾆｸ,セロリー,玉葱,にんじん,キャベツ,ﾏｯｼｭﾙｰﾑ	770 kcal 25.1 g
16 木	ごはん	○	さごしのこうみやき きりこんぶのごもくに とんじる	牛乳,サゴシ(骨なし),細切り昆布,大豆,すこやかさつま揚げ,豚肉もも　小間	精白米,白いりごま,きび糖,菜種油	長ねぎ,ｼｮｳｶﾞ,にんじん,しめじ,いんげん,ごぼう,だいこん	717 kcal 35.4 g
17 金	ごはん	○	チキンカツ はくさいのおかかあえ イモとこまつなのスープ	牛乳,若鶏もも皮つき,骨まるごと味付けおかか,ﾌﾗﾝｸﾌﾙﾄｿｰｾｰｼﾞ（乳卵不使用）	精白米,小麦粉,乾燥パン粉,生パン粉,大豆白絞油,じゃがいも,菜種油	はくさい,にんじん,ほうれんそう,ﾆﾝﾆｸ,玉葱,こまつな	859 kcal 30.1 g
20 月	ごはん	○	ぶたのからみそやき チンゲンサイのサラダ みそしる(だいこん・あぶらあげ)	牛乳,豚肩ロース,すこやか板無蒲鉾(28品目不使用),油揚げ(埼玉県産)	精白米,きび糖,純正ごま油,菜種油	ｼｮｳｶﾞ,ﾆﾝﾆｸ,チンゲンツァイ,にんじん,豆もやし,だいこん	730 kcal 27.5 g
21 火	カレーライス	○	イタリアンサラダ オレンジ	牛乳,鶏もも肉皮付き(小間)	精白米,じゃがいも,菜種油,米粉,ｵﾘｰﾌﾞｵｲﾙ,きび糖	ﾆﾝﾆｸ,ｼｮｳｶﾞ,にんじん,玉葱,りんご,トマトピューレ,キャベツ,きゅうり,コーン,オレンジ	738 kcal 23.7 g
22 水	ごはん	○	あつあげのオイスターソースいため サバのあまみそやき かきたまスープ	牛乳,生揚げ,鶏ひき肉,さば切身（骨取り）,鶏もも肉皮付き(小間),洗浄殺菌卵（L）	精白米,菜種油,きび糖,片栗粉,純正ごま油	ｼｮｳｶﾞ,玉葱,青ピーマン,にんじん,キャベツ,しめじ,長ねぎ,こまつな	821 kcal 40.1 g
23 木	わふうきのこスパゲティ	○	ポテトのチーズやき とりとかぶのサラダ	牛乳,鶏もも　小間,ﾌﾗﾝｸﾌﾙﾄｿｰｾｰｼﾞ（乳卵不使用）,ｼｭﾚｯﾄﾞﾁｰｽﾞ,鶏ささみ水煮,国産乾燥わかめ	細ハーフスパゲティ,ｵﾘｰﾌﾞｵｲﾙ,菜種油,じゃがいも,有塩バター	ﾆﾝﾆｸ,玉葱,こまつな,しめじ,えのきたけ,エリンギ,にんじん,かぶ,はくさい,レモン果汁	727 kcal 31.3 g
24 金	わかめごはん	○	てづくりがんもどき（あんかけ） やさいのごまあえ みそしる(さつまいも・たまねぎ)	牛乳,炊き込みわかめ,押し豆腐,鶏ひき肉	精白米,白いりごま,冷凍国産長芋とろろ,片栗粉,大豆白絞油,きび糖,白すりごま,さつまいも	きくらげ,にんじん,ごぼう,えだまめ,こまつな,もやし,玉葱,えのきたけ,長ねぎ	741 kcal 25.4 g
27 月	チキンライス	○	カラフルマカロニサラダ とうにゅうコーンチャウダー オレンジ	牛乳,鶏もも肉皮付き(小間),まぐろ水煮（ツナ）,鶏もも　小間,ﾌﾗﾝｸﾌﾙﾄｿｰｾｰｼﾞ（乳卵不使用）,無調整豆乳	精白米,米粒麦,菜種油,きび糖,ヤサイクルルマカロニ,ｵﾘｰﾌﾞｵｲﾙ,ﾉﾝｴｯｸﾞﾊｰﾌ(ﾏﾖﾈｰｽﾞﾀｲﾌﾟﾄﾞﾚ･卵不使用),じゃがいも,米粉	ﾆﾝﾆｸ,玉葱,にんじん,グリンピース,ﾏｯｼｭﾙｰﾑ,ﾄﾏﾄｹﾁｬｯﾌﾟ,トマトピューレ,キャベツ,きゅうり,黄パプリカ,コーン,オレンジ	771 kcal 27.4 g
28 火	そぼろあんかけどん	○	こんにゃくサラダ みそしる（かぼちゃ・あぶらあげ）	牛乳,鶏ひき肉,ツナ油付け,油揚げ(埼玉県産)	精白米,菜種油,きび糖,片栗粉,ﾉﾝｴｯｸﾞﾊｰﾌ(ﾏﾖﾈｰｽﾞﾀｲﾌﾟﾄﾞﾚ･卵不使用),白いりごま	えだまめ,にんじん,玉葱,ｼｮｳｶﾞ,だいこん,ほうれんそう,かぼちゃ	778 kcal 30.3 g
29 水	ごはん	○	とりのごまネーズやき きりぼしだいこんサラダ いなかじる	牛乳,若鶏もも皮つき,まぐろ水煮（ツナ）,木綿豆腐	精白米,純正ごま油,きび糖,ﾉﾝｴｯｸﾞﾊｰﾌ(ﾏﾖﾈｰｽﾞﾀｲﾌﾟﾄﾞﾚ･卵不使用),白すりごま,板こんにゃく	ﾆﾝﾆｸ,ｼｮｳｶﾞ,長ねぎ,切干大根,にんじん,こまつな,だいこん,生椎茸	727 kcal 27.9 g
30 木	コッペパンスライス	○	チリコンカン とりとだいこんのスープ りんごヨーグルト	牛乳,豚ひき肉,大豆,金時豆,鶏もも肉皮付き(小間),コアコアりんごヨーグルト	コッペパン（スライス）,菜種油,米粉	ﾆﾝﾆｸ,玉葱,にんじん,セロリー,青ピーマン,ﾄﾏﾄﾎｰﾙ缶,トマトピューレ,ﾄﾏﾄｹﾁｬｯﾌﾟ,だいこん,はくさい,しめじ,こねぎ,ｼｮｳｶﾞ	717 kcal 33.1 g
31 金	ごはん	○	たらのなんばんづけ かぼちゃのふくめに みそしる(とうふ・なめこ)	牛乳,助宗鱈切身(骨無し),木綿豆腐	精白米,片栗粉,大豆白絞油,きび糖,白玉麸	青ピーマン,にんじん,玉葱,みずな,かぼちゃ,こまつな,長ねぎ,なめこ	789 kcal 29.2 g