[配 布 用 献 立 表]

2025年 3月　　0:通常献立　　埼玉県立狭山特別支援学校　　2025-02-13 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
3 月	ちらしずし	○	おおばいりみそつくね おすいもの ももゼリー	牛乳,昆布,鶏ひき肉,油揚げ(埼玉県産),押し豆腐,豚肉もも　千切り,国産乾燥わかめ	精白米,砂糖（上白糖）,菜種油,白いりごま,冷凍国産長芋とろろ,きび糖,片栗粉,花麩,国産ももゼリー	れんこん,ｼｮｳｶﾞ,かんぴょう,にんじん,干し椎茸,きぬさや,玉葱,しそ葉,だいこん,こまつな,長ねぎ,えのきたけ	771 kcal 34.7 g
4 火	ココアあげパン(ﾘｸｴｽﾄ)	○	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	780 kcal 25.1 g
5 水	ごはん	○	からあげ小2中3(ﾘｸｴｽﾄ) スイートポテトサラダ みそしる(はくさい・しめじ)	牛乳,若鶏もも皮つき,ロースハム,金時豆,油揚げ(埼玉県産)	精白米,片栗粉,大豆白絞油,さつまいも,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),ｵﾘｰﾌﾞｵｲﾙ	ﾆﾝﾆｸ,ｼｮｳｶﾞ,きゅうり,玉葱,はくさい,長ねぎ,しめじ	896 kcal 29.9 g
6 木	ごはん	○	あつあげとぶたのみそいため たまごとほうれんそうのスープ	牛乳,豚肉もも　小間,豚バラ　小間,生揚げ,鶏卵(埼玉県産),鶏ひき肉	精白米,菜種油,きび糖,片栗粉	ｼｮｳｶﾞ,干し椎茸,青ピーマン,キャベツ,にんじん,ﾆﾝﾆｸ,玉葱,ほうれんそう,豆もやし	771 kcal 34.2 g
7 金	ごはん	○	とりのカレーふうみやき ツナマヨサラダ みそしる（かぼちゃ・えのき）	牛乳,若鶏もも皮つき,ツナ油付け	精白米,きび糖,菜種油,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)	キャベツ,にんじん,きゅうり,かぼちゃ,玉葱,こねぎ,えのきたけ	730 kcal 28.2 g
10 月	マーボーどん(ﾘｸｴｽﾄ)	○	もやしとこまつなのサラダ わかめとはくさいのスープ	牛乳,豚ひき肉,木綿豆腐,すこやか板無蒲鉾(28品目不使用),鶏もも肉皮付き(小間),国産乾燥わかめ	精白米,菜種油,きび糖,片栗粉,純正ごま油,白いりごま	ｼｮｳｶﾞ,ﾆﾝﾆｸ,にんじん,干し椎茸,長ねぎ,にら,たけのこ,こまつな,もやし,はくさい	804 kcal 34.5 g
11 火	ごはん	○	とりのねぎしおやき ポテトサラダ みそしる(きゃべつ・あぶらあげ)	牛乳,若鶏もも皮つき,ロースハム,油揚げ(埼玉県産)	精白米,純正ごま油,じゃがいも,ｵﾘｰﾌﾞｵｲﾙ,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)	長ねぎ,ｼｮｳｶﾞ,きゅうり,コーン,キャベツ,にんじん	735 kcal 26.5 g
12 水	ごはん	○	さごしのしろみそやき ひじきとあつあげのいためもの とんじる(ﾘｸｴｽﾄ)	牛乳,サゴシ(骨なし),上撰白味噌（西京）,乾燥ひじき,生揚げ,豚肉もも小間	精白米,きび糖,菜種油	にんじん,しめじ,いんげん,ごぼう,だいこん,長ねぎ	737 kcal 35.7 g
13 木	ごはん	○	ふくさたまご あげとしらたきのおひたし みそしる（いも・たまねぎ）	牛乳,豚ひき肉,木綿豆腐,鶏卵(埼玉県産),油揚げ(埼玉県産)	精白米,菜種油,きび糖,しらたき,じゃがいも,純正ごま油	にんじん,干し椎茸,こねぎ,キャベツ,もやし,ほうれんそう,玉葱	748 kcal 28.5 g
14 金	ラーメン	○	あげぎょうざ(小2中3) あずきいりトールーファ(ﾄｳﾆｭｳﾌﾞﾘﾝ)	牛乳,なるとまき(28品目フリー),国産乾燥わかめ,焼き豚　薄切り,県産黒豚餃子,つぶあん,無調整豆乳	蒸し中華めん,純正ごま油,菜種油,きび糖,大豆白絞油	ﾆﾝﾆｸ,ｼｮｳｶﾞ,長ねぎ,にら,もやし,干し椎茸	806 kcal 31.4 g
17 月	カレーライス(ﾘｸｴｽﾄ)	○	イタリアンサラダ フルーツポンチ(ﾘｸｴｽﾄ)	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,ﾊﾁﾐﾂﾚﾓﾝ(ｶｯﾄｾﾞﾘｰ),砂糖（上白糖）	ﾆﾝﾆｸ,ｼｮｳｶﾞ,にんじん,玉葱,りんご,ﾄﾏﾄﾋﾟｭｰﾚ,キャベツ,きゅうり,コーン,みかん缶,パイン缶,黄桃缶,りんご缶	822 kcal 23.7 g