[配 布 用 献 立 表]

2026年11月　　0:通常献立　　埼玉県立狭山特別支援学校　　2026-10-15 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
2 月	くろパン	○	チキンのハーブパンこやき キャベツのサラダ とうにゅうチャウダー	牛乳,若鶏もも皮つき,ベーコン短冊,無調整豆乳	黒パン（乳不使用）,エッグレスマヨ,乾燥パン粉,ｵﾘｰﾌﾞｵｲﾙ,菜種油,きび糖,じゃがいも,米粉	キャベツ,にんじん,きゅうり,コーン,玉葱,はくさい,えだまめ	782 kcal 31.5 g
4 水	ブルコギどん	○	わかめスープ オレンジ	牛乳,豚肉もも　小間,豚バラ　小間,コチュジャン,国産乾燥わかめ,木綿豆腐	精白米,きび糖,純正ごま油,菜種油,片栗粉	ﾆﾝﾆｸ,長ねぎ,玉葱,もやし,干し椎茸,にら,青ピーマン,えのきたけ,こまつな,オレンジ	736 kcal 30.3 g
5 木	ごはん	○	とりのてりやき ポテトサラダ みそしる（こまつな・とうふ）	牛乳,若鶏もも皮つき,ﾛｰｽﾊﾑ(乳･卵不使用),木綿豆腐	精白米,きび糖,片栗粉,じゃがいも,ｵﾘｰﾌﾞｵｲﾙ,エッグレスマヨ	ｼｮｳｶﾞ,きゅうり,コーン,こまつな,えのきたけ,長ねぎ	742 kcal 30.3 g
6 金	ごはん	○	ホキのフライ(ﾀﾙﾀﾙｿｰｽ) ほうれんそうのごまあえ みそしる(きゃべつ・あぶらあげ)	牛乳,ホキ,油揚げ(埼玉県産)	精白米,小麦粉,乾燥パン粉,生パン粉,大豆白絞油,エッグレスマヨ,白いりごま	玉葱,ほうれんそう,にんじん,もやし,えのきたけ,キャベツ	772 kcal 30.0 g
10 火	しゃくしなチャーハン	○	はるまき とりとはるさめのスープ さいたまけんさんゆずゼリー	牛乳,豚ひき肉,鶏もも肉皮付き(小間)	精白米,菜種油,純正ごま油,国産主原料春巻き,大豆白絞油,緑豆はるさめ,埼玉県産桂木ゆずゼリー	ﾆﾝﾆｸ,ｼｮｳｶﾞ,しゃくしなづけ,チンゲンツァイ,長ねぎ,コーン,みずな,もやし,にんじん,玉葱,干し椎茸	824 kcal 24.8 g
11 水	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(いも・こまつな)	牛乳,若鶏もも皮つき,ツナ油付け,油揚げ(国産)	精白米,菜種油,エッグレスマヨ,じゃがいも	キャベツ,にんじん,きゅうり,こまつな,しめじ	747 kcal 29.5 g
12 木	ごはん	○	ぶたにくのソースいため マカロニサラダ はるさめスープ	牛乳,豚肉もも　小間,豚バラ　小間,無塩せき焼豚　短冊,なるとまき(28品目フリー)	精白米,菜種油,片栗粉,ツイストマカロニ,エッグレスマヨ,ｵﾘｰﾌﾞｵｲﾙ,きび糖,緑豆はるさめ	ｼｮｳｶﾞ,玉葱,しめじ,にんじん,きゅうり,キャベツ,コーン,チンゲンツァイ,長ねぎ	819 kcal 27.3 g
13 金	ごはん	○	さわらのゆうあんやき あつあげときりこんぶのにもの とんじる	牛乳,サワラ切り身（骨取り）,上撰白味噌（西京）,細切り昆布,さつま揚げ(28品目不使用),生揚げ,豚肉もも　小間,豚バラ　小間,木綿豆腐	精白米,きび糖,つきこんにゃく（黒）,菜種油,じゃがいも	国産冷凍刻み生ゆず,にんじん,しめじ,いんげん,ｼｮｳｶﾞ,ごぼう,だいこん,長ねぎ	736 kcal 36.2 g
16 月	ごはん	○	とりのうめマヨやき ブロッコリーサラダ みそしる（エリンギ・こうやどうふ）	牛乳,若鶏もも皮つき,ﾛｰｽﾊﾑ(乳･卵不使用),こうや豆腐　細切り	精白米,エッグレスマヨ,ｵﾘｰﾌﾞｵｲﾙ,きび糖,じゃがいも	紀州産梅肉ペースト,キャベツ,にんじん,コーン,ブロッコリー,こまつな,長ねぎ,エリンギ	737 kcal 31.5 g
17 火	ごはん	○	さばのしおやき さつまいもとまめのサラダ みそしる(なめこ・こまつな)	牛乳,さば切身（骨取り）,ﾛｰｽﾊﾑ(乳･卵不使用),大豆,油揚げ(埼玉県産)	精白米,さつまいも,エッグレスマヨ,ｵﾘｰﾌﾞｵｲﾙ	きゅうり,玉葱,なめこ,こまつな,長ねぎ	737 kcal 31.3 g
18 水	ごはん	○	とりのからあげ（小２中３） たくあんとやさいのおかかあえ みそしる(はくさい・しめじ)	牛乳,若鶏もも皮つき,かつお刻みぶし,油揚げ(埼玉県産)	精白米,片栗粉,大豆白絞油	ﾆﾝﾆｸ,ｼｮｳｶﾞ,キャベツ,きゅうり,にんじん,きざみたくあん,はくさい,長ねぎ,しめじ	816 kcal 31.6 g
19 木	スパゲティミートソース	○	ひじきサラダ げんきヨーグルト	牛乳,豚ひき肉,牛ひき肉,ほしひじき(ステンレス釜,乾),まぐろ水煮（ツナ）,ソフール元気ヨーグルト	細ハーフスパゲティ,菜種油,ｵﾘｰﾌﾞｵｲﾙ,きび糖,小麦粉	ﾆﾝﾆｸ,玉葱,にんじん,セロリー,トマト,ﾄﾏﾄｹﾁｬｯﾌﾟ,キャベツ,きゅうり,えだまめ	794 kcal 34.3 g
20 金	ごはん	○	あげダラのごまみそだれ きりぼしだいこんのにつけ けんちんじる	牛乳,助宗鱈切身(骨無し),油揚げ(埼玉県産),木綿豆腐	精白米,片栗粉,大豆白絞油,きび糖,白いりごま,菜種油,純正ごま油,給食用さといも乱切り,つきこんにゃく（黒）	ｼｮｳｶﾞ,切干大根,にんじん,干し椎茸,いんげん,ごぼう,だいこん,長ねぎ,まいたけ	765 kcal 29.2 g
24 火	ごはん	○	ぶたのしょうがいため キャベツのおひたし かきたまじる	牛乳,豚肉もも　小間,豚バラ　小間,油揚げ(国産),鶏もも肉皮付き(小間),鶏卵(埼玉県産)	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,もやし,豆苗,こまつな	766 kcal 30.1 g
25 水	さつまいもカレー（むぎごはん）	○	かいそうサラダ ヨーグルト	牛乳,豚肉もも　小間,豚バラ　小間,ﾜｶﾒ･ｺﾝﾌﾞ･ｸｷﾜｶﾒ・ﾄｻｶﾉﾘ（白・青・赤）,ヨーグルト	精白米,米粒麦,菜種油,さつまいも,米粉,純正ごま油,きび糖	ﾆﾝﾆｸ,ｼｮｳｶﾞ,玉葱,ソニオン,にんじん,エリンギ,しめじ,トマトピューレ,キャベツ,きゅうり,だいこん,コーン	776 kcal 25.3 g
26 木	ごはん	○	ハンバーグ えのきとキャベツのちゅうかあえ みそしる（もやし・わかめ・あげ）	牛乳,牛ひき肉,豚ひき肉,押し豆腐,無調整豆乳,ﾛｰｽﾊﾑ(乳･卵不使用),油揚げ(埼玉県産),国産乾燥わかめ	精白米,生パン粉,菜種油,きび糖,純正ごま油	玉葱,ﾄﾏﾄｹﾁｬｯﾌﾟ,きゅうり,キャベツ,えのきたけ,もやし,こまつな,長ねぎ	754 kcal 31.9 g
27 金	ごはん	○	トンカツ キャベツのレモンあえ みそしる(さつまいも･ふ・こまつな)	牛乳,豚肩ロース	精白米,小麦粉,乾燥パン粉,生パン粉,大豆白絞油,ｵﾘｰﾌﾞｵｲﾙ,きび糖,さつまいも,白玉麸	キャベツ,もやし,きゅうり,セロリー,レモン果汁,こまつな,長ねぎ	831 kcal 29.0 g
30 月	ごはん	○	マーボーどうふ ワンタンスープ オレンジ	牛乳,木綿豆腐,豚ひき肉,鶏ひき肉,鶏もも肉皮付き(小間)	精白米,菜種油,きび糖,片栗粉,純正ごま油,ワンタンの皮	ﾆﾝﾆｸ,ｼｮｳｶﾞ,干し椎茸,にんじん,長ねぎ,にら,玉葱,みずな,オレンジ	742 kcal 33.1 g