



# 6月

## 学校給食献立表



神奈川県立藤沢支援学校

2026-05

日	献立	主な食材と体の中での働き			エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
		体を作る	熱や力になる	体の調子を整える	
1月	キーマカレー ツナサラダ(ごま)	ぶたにく、だいちミート、だいち、まぐろ、ぎゅうにゅう	しよくパン、あぶら、じゃがいも、バター	たまねぎ、にんじん、セロリ、マッシュルーム、グリーンピース、トマト、りんご、キャベツ、きゅうり、とうもろこし	684 kcal 34.0 g 25.9 g 2.9 g
2火	チャーハン ごまみそ野菜スープ 桃の杏仁豆腐	えび、やきぶた、なると、ぶたにく、ぎゅうにゅう	こめ、むぎ、あぶら、ごまあぶら、ねりごま	にんじん、ほししいたけ、ねぎ、えだまめ、チンゲンサイ、りよくとうもやし、えのきたけ	672 kcal 27.6 g 21.6 g 2.5 g
3水	魚のみそマヨネーズ焼き ごま和え けんちん汁	さかな、みそ、わかめ、あぶらあげ、とうふ、かつお、こんぶ、ぎゅうにゅう	こめ、むぎ、たまごふしよマヨネーズ、ごま、さとう、さといも、ごまあぶら	ほうれんそう、にんじん、ぶなしめじ、キャベツ、だいこん、ねぎ、ごぼう、こんにゃく	765 kcal 34.3 g 31.8 g 2.2 g
4木	スパゲティナポリタン キャベツスープ	ぶたにく、ウインナー、ベーコン、ぎゅうにゅう	スパゲティ、あぶら、さとう	たまねぎ、にんじん、ピーマン、ぶなしめじ、マッシュルーム、トマト、キャベツ、セロリ、ほうれんそう	627 kcal 28.6 g 20.1 g 2.5 g
5金	なすと豆腐のマーボー丼 かりかり揚げ 歯と口の健康週間ゼリー	ぶたにく、だいちミート、とうふ、みそ、にぼし、ぎゅうにゅう	こめ、むぎ、あぶら、さとう、かたくりこ、ごまあぶら、さつまいも	ねぎ、ほししいたけ、にんじん、なす、にら、グリーンピース、ごぼう、れんこん	841 kcal 27.6 g 22.8 g 2.2 g
8月	ロールパン バジルチキン 茹で野菜(かぼちゃ・ブロッコリー) ウインナーと野菜のスープ	とりにく、ウインナー、ぎゅうにゅう	ロールパン、あぶら、じゃがいも	レモン、ブロッコリー、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、ほうれんそう	645 kcal 37.4 g 24.7 g 3.1 g
9火	鮭寿司 五目金平 すまし汁 ラフランスゼリー	さけ、のり、ぶたにく、はんぺん、かつお、こんぶ、ぎゅうにゅう	こめ、さとう、ごま、あぶら、ごまあぶら	えだまめ、ごぼう、にんじん、れんこん、さやいんげん、だいこん、えのきたけ、こまつな	673 kcal 30.1 g 15.6 g 1.9 g
11木	鶏肉と大豆の中華炒め 大根スープ	とりにく、だいち、ぶたにく、ぎゅうにゅう	こめ、むぎ、かたくりこ、はくりきこ、あぶら、さとう、ごまあぶら	ねぎ、たけのこ、にんじん、ほししいたけ、たまねぎ、ピーマン、だいこん、えのきたけ	713 kcal 30.8 g 21.8 g 2.4 g
12金	すきやき風に 野菜の輕節和え	ぶたにく、あつあげ、かつおぶし、ぎゅうにゅう	こめ、むぎ、あぶら、さとう	しらたき、にんじん、はくさい、えのきたけ、ほししいたけ、ねぎ、しゆんぎく、キャベツ、こまつな、ぶなしめじ	724 kcal 30.0 g 23.8 g 2.5 g
15月	ポークビーンズ ブロッコリーサラダ(和風)	だいち、ぶたにく、ぎゅうにゅう	ソフトフランス、じゃがいも、あぶら、さとう	たまねぎ、にんじん、セロリ、いためたまねぎ、マッシュルーム、カリフラワー、さやいんげん、トマト、ブロッコリー、キャベツ、りよくとうもやし	606 kcal 30.6 g 19.7 g 2.9 g
16火	春雨酸味スープ	とりにく、だいちミート、ベーコン、ぎゅうにゅう	こめ、むぎ、あぶら、さとう、かたくりこ、はるさめ	とうもろこし、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ぶなしめじ、しいたけ、だいこん、えのきたけ、ヤングコーン、こまつな	654 kcal 27.7 g 16.7 g 2.5 g
17水	魚のパン粉焼き グラッセ パンブキンスープ	さけ、チーズ、ぎゅうにゅう、なまクリーム	くろパン、パンこ、バター、さとう、あぶら	にんじん、さやいんげん、かぼちゃ、いためたまねぎ、たまねぎ	708 kcal 39.7 g 25.4 g 2.8 g
18木	豚肉とさといもの炒め煮 おひたし	ぶたにく、さつまあげ、ぎゅうにゅう	こめ、むぎ、さといも、あぶら、さとう、ごまあぶら	だいこん、にんじん、れんこん、たけのこ、ほししいたけ、こんにゃく、さやいんげん、ほうれんそう、はくさい、りよくとうもやし	644 kcal 26.6 g 15.5 g 2.1 g
19金	春巻き 中華コーンスープ	えび、ぶたにく、はるまき、ぎゅうにゅう	むしめん、あぶら、ごまあぶら、かたくりこ	たまねぎ、にんじん、キャベツ、りよくとうもやし、ぶなしめじ、にら、とうもろこし、チンゲンサイ、ねぎ	697 kcal 26.2 g 30.0 g 2.7 g



# 6月

## 学校給食献立表



神奈川県立藤沢支援学校

2026-05

日	献立	主な食材と体の中での働き			エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
		体を作る	熱や力になる	体の調子を整える	
22月	コッペパン クリームシチュー グリーンサラダ(フレンチ) りんごジャム	とりにく,ぎゅうにゅう	コッペパン,あぶら,じゃがいも,バター,はくりきこ	たまねぎ,にんじん,マッシュルーム,ブロッコリー,カリフラワー,キャベツ,きゅうり,パプリカ,りんご	677 kcal 29.7 g 23.4 g 2.7 g
23火	ビビンバご飯 わかめスープ ぶどうゼリー	ぶたにく,わかめ,ぎゅうにゅう	こめ,むぎ,あぶら,さとう,ごまあぶら,ごま	ぜんまい,にんじん,りよくとうもやし,ほうれんそう,たまねぎ,ねぎ,えのきたけ	673 kcal 27.2 g 16.9 g 2.7 g
24水	とりにく,からあげ 鶏の唐揚げ 大豆の磯煮 すまし汁	とりにく,ひじき,だいず,あぶらあげ,かつお,こんぶ,ぎゅうにゅう	こめ,むぎ,かたくりこ,はくりきこ,あぶら,ごまあぶら,さとう,やきか	にんじん,ほししいたけ,えだまめ,たまねぎ,こまつな	760 kcal 37.1 g 25.6 g 2.1 g
25木	スパゲッティラタトゥイユソース さつまいもサラダ	とりにく,ベーコン,ぎゅうにゅう	スパゲッティ,あぶら,おろしあぶら,さつまいも,たまごふしよマヨネーズ	なす,ズッキーニ,パプリカ,たまねぎ,トマト,さやいんげん,にんじん,レモン	657 kcal 27.2 g 20.2 g 2.3 g
26金	さかな 魚のしょうが焼き ごま酢和え みそ汁	さわら,あぶらあげ,かつお,こんぶ,みそ,ぎゅうにゅう	こめ,むぎ,ごま,さとう,ごまあぶら,じゃがいも	キャベツ,きゅうり,がなしめじ,にんじん,たまねぎ,こまつな	671 kcal 33.4 g 20.4 g 2.1 g
29月	ロールパン チーズフォンデュコロッケ(ソース) カラフルサラダ(サウザン) 白菜スープ	ベーコン,ぎゅうにゅう	ロールパン,チーズフォンデュコロッケ,あぶら	キャベツ,カリフラワー,アスパラガス,パプリカ,はくさい,こまつな,にんじん,マッシュルーム	635 kcal 21.8 g 27.2 g 3.4 g
30火	シーフードカレーライス パンパンジーサラダ(ごま)	えび,いか,ささみ,ぎゅうにゅう	こめ,むぎ,じゃがいも,あぶら	たまねぎ,にんじん,マッシュルーム,いためたまねぎ,グリーンピース,キャベツ,パプリカ,りよくとうもやし,きゅうり	658 kcal 27.9 g 14.2 g 2.3 g