

2026年 1月 学校給食献立予定表

神奈川県立高津支援学校

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	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	メモ
13 (火)	ごはん	牛乳 牛乳	松風焼き すまし汁 和菓子	牛乳,鶏肉,鶏卵	米,麦,大豆サラダ油,三温糖,パン粉,いりごま,麸	にんじん,椎茸,れんこん,長ねぎ,みつば	749 kcal 31.3 g 20.7 g 2 g	今年初めの給食はおせち料理にもなっている松風焼きです。
14 (水)	ハヤシライス	野菜 ジュース	フレンチサラダ ヨーグルト	牛肉,ハム,ヨーグルト	米,麦,大豆サラダ油,三温糖,薄力粉,オリーブ油	にんじん,玉ねぎ,マッシュルーム,ぶなしめじ,玉ねぎ,気になる野菜ジュース,キャベツ,きゅうり,とうもろこし,レモン汁	783 kcal 23.7 g 18.4 g 2.8 g	
15 (木)	ごはん	牛乳	鮭のみりん焼き 海藻サラダ 油揚げの味噌汁 ぶどうゼリー	牛乳,鮭,ハム,油揚げ,豆腐	米,麦,ごまドレッシング(小袋),麸	キャベツ,にんじん,きゅうり,こまつな	727 kcal 39.3 g 20 g 2.8 g	
16 (金)	味噌ソーススパゲティ	牛乳	わかめとえのきのあえもの はちみつレモンゼリー	豚肉,牛乳,わかめ,ささみ	スパゲッティ,大豆サラダ油,オリーブ油,三温糖,薄力粉,ごま油	玉ねぎ,にんじん,セロリー,グリンピース,玉ねぎ,キャベツ,えのきたけ,きゅうり	760 kcal 32 g 21.8 g 2.8 g	
19 (月)	ターメリックライス クリームソースかけ	のむ ヨーグルト	小松菜のサラダ ブルーベリーゼリー	鶏肉,牛乳,脱脂粉乳,生クリーム,のむヨーグルト,シーチキン	米,バター,サラダ油,薄力粉,上白糖,すりごま	玉ねぎ,ぶなしめじ,マッシュルーム,こまつな,キャベツ,にんじん	758 kcal 24.4 g 21 g 1.9 g	
20 (火)	黒パン いちごジャム	牛乳	ポトフ ビーンズサラダ プリン	牛乳,鶏肉,ベーコン,大豆	黒パン,じゃがいも,大豆サラダ油,マヨネーズ,ジャム	玉ねぎ,にんじん,キャベツ,ぶなしめじ,きゅうり,とうもろこし,枝豆	760 kcal 28.8 g 33.7 g 2.2 g	
21 (水)	ビビンバ	いちご オレ	ほたての中華スープ みかん	牛肉,いちごオレ,ほたて	米,上白糖,ごま油,かたくり粉	長ねぎ,もやし,ほうれんそら,にんじん,白菜,玉ねぎ,みかん	724 kcal 27.8 g 13.7 g 2.9 g	
22 (木)	ソース焼きそば	牛乳	ひかきんスープ 湘南ゴールドゼリー	豚肉,あおり,牛乳,鶏肉,豆腐	蒸し中華めん,大豆サラダ油,ごま油	キャベツ,もやし,玉ねぎ,にんじん,だいこん,長ねぎ	711 kcal 26.1 g 35.9 g 2.9 g	【高3Bリクエストメニュー】 広島の「ひ」神奈川の「か」湘南ゴールドの「きん」でひかきんスープです。
23 (金)	タコライス	牛乳	コンソメスープ 元気ヨーグルト	豚肉,チーズ,牛乳,ハム,ヨーグルト	米,麦,大豆サラダ油,三温糖	玉ねぎ,にんじん,ホールトマト,キャベツ	766 kcal 31.7 g 23.4 g 2.8 g	
26 (月)	やまゆりボーカレーライス	牛乳	グリーンサラダ みかんゼリー	豚肉,牛乳	米,じゃがいも,大豆サラダ油,薄力粉,オリーブ油,三温糖	玉ねぎ,にんじん,玉ねぎ,りんごソース,キャベツ,ブロッコリー,きゅうり,レモン汁	764 kcal 23.5 g 23.4 g 2.2 g	今週は給食週間です! 1日目は神奈川産を使用した神奈川産学校給食ディエイです。
27 (火)	ごはん のり佃煮	牛乳	肉じゃが 小松菜の味噌汁 さくらんぼゼリー	のり佃煮,牛乳,豚肉,油揚げ,豆腐	米,麦,じゃがいも,つきこんにゃく,大豆サラダ油,三温糖	玉ねぎ,にんじん,いんげん,こまつな,長ねぎ	781 kcal 25.8 g 21.2 g 2.7 g	★人気メニュー
28 (水)	胚芽パン ブルーベリージャム	牛乳	鶏肉のハニーマスタードソースかけ やさしいソテー じゃがいものコンソメスープ プリン	牛乳,鶏肉,ベーコン	胚芽パン,大豆サラダ油,はちみつ,バター,じゃがいも,ジャム	ほうれんそう,キャベツ,とうもろこし,にんじん,玉ねぎ	759 kcal 30.1 g 37.3 g 2.9 g	★NEWメニュー
29 (木)	ひじきスパゲティ	牛乳	ちくわサラダ カップヤクルト	豚肉,ひじき,牛乳,竹輪	スパゲッティ,オリーブ油,大豆サラダ油,和風ドレッシング(小袋)	にんじん,玉ねぎ,青ピーマン,椎茸,キャベツ,いんげん,もやし	752 kcal 33.8 g 28.5 g 2.7 g	神奈川産食材のやまゆりボーカレーハジキを使用しています。
30 (金)	ごはん	牛乳	カラスカレイの西京焼き しようがあえ わかめのすまし汁 スイートポテト	牛乳,カラスカレイ,わかめ	米,麦,麸	キャベツ,もやし,ほうれんそう,長ねぎ	722 kcal 27.6 g 22.3 g 2.7 g	★人気メニュー

*原材料の都合や本校の開校状況により、献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。

*配慮食では食形態に合わせ、使用食材を一部変更することがあります。