




# 令和7年5月予定献立表

福島県立ふたば支援学校

日	主 食	牛 乳	お か ず	あ か 血や肉になる	き 熱や力の元になる	みどり 体の調子を整える	中・高	しょう 1～3ねん	しょう 4～6ねん	
							たんぱく質 脂質 食塩相当量	たんぱく質 脂質 食塩相当量	たんぱく質 脂質 食塩相当量	
1 木	学校創立記念日									
2 金	学校休業日									
7 水			じゃがいものみそしる とりにくのこうじゃき ふきのいために ぶろっこりーのからしあえ	みそ とりもも あぶらあげ ぎゆ うにゆう	こめ 強化米 じゃがいも こめこ うじ ごまあぶら	たまねぎ こまつな ふき にんじ ん たけのこ しいたけ キャベツ ブロッコリー	792 kcal 33.0 g 24.4 g 2.2 g	484 kcal 22.8 g 18.4 g 1.6 g	665 kcal 27.6 g 20.7 g 2.0 g	
8 木			ねぎのみそしる ホイコーロー おかかあえ	あぶらあげ みそ いわし ぶたもも ぶたばら かつおぶし ぎゆうにゆう	こめ 強化米 さつまいも 油 ご ま油	ねぎ あおピーマン キャベツ た まねぎ にんじん ほうれんそう きりぼしだいこん	852 kcal 30.8 g 25.8 g 2.4 g	521 kcal 21.2 g 19.5 g 1.6 g	745 kcal 28.0 g 23.8 g 2.2 g	
9 金	願こどもの日こんだて									
12 月			わかめのみそしる カツオのたつたあげ はるさめさらだ ひとくちりんごゼリー	あぶらあげ もめんとうふ わかめ みそ かつお ぎゆうにゆう	強化米 こめ ごま油 はるさめ さとう でんこ	たけのこ しめじ きゅうり はくさい	850 kcal 39.0 g 24.6 g 2.7 g	528 kcal 27.0 g 18.4 g 1.9 g	724 kcal 32.3 g 22.3 g 2.4 g	
13 火			とんじる ぎょうざ ツナマヨサラダ	なまあげ ぶたもも ぶたばら ぎょうざ ツナ ぎゆうにゆう	強化米 こめ こんにやく マヨネーズ	にんじん ねぎ しいたけ きりぼしだいこん たまねぎ コーン	830 kcal 32.1 g 26.0 g 2.2 g	523 kcal 22.7 g 19.5 g 1.6 g	717 kcal 28.2 g 23.0 g 1.9 g	
14 水			はちみつ だいこんスープ メンチカツ にんじんサラダ	メンチカツ だいず ヨーグルト ぎゆうにゆう	ばん はちみつ 油 さとう さつまいも	だいこん こまつな たまねぎ にんじん みかん ラフランス	783 kcal 28.3 g 26.6 g 2.9 g	498 kcal 19.4 g 19.1 g 1.9 g	663 kcal 24.4 g 23.4 g 2.5 g	
15 木			きぬさやのすましじる さばのねぎみそやき きざみこんぶのいりに	さば みそ こんぶ なまあげ ぎゆうにゆう	強化米 こめ さとも さとう	たまねぎ さやえんどう ねぎ きりぼしだいこん にんじん しいたけ さやいんげん	780 kcal 33.5 g 21.9 g 2.2 g	476 kcal 22.8 g 17.1 g 1.4 g	653 kcal 27.4 g 18.0 g 1.9 g	
16 金			ソースやきそば オニオンスープ ごまあえ	ぶたばら ぶたもも ぎゆうにゆう あおのり	ちゅうかめん 油 すりごま さ とう	だいずもやし キャベツ ピーマン にんじん たまねぎ さやいんげん コーン ブロッコリー きゅうり	795 kcal 32.3 g 29.0 g 2.7 g	560 kcal 23.4 g 21.6 g 1.8 g	726 kcal 29.9 g 26.8 g 2.5 g	
19 月			キャベツのみそしる あじのてりやき にんじんしりしり	なまあげ にぼし みそ あじ た まご ツナ ぎゆうにゆう	強化米 こめ さとう 油 ごま油 ごま	だいこん キャベツ しょうが にんじん さやいんげん	780 kcal 37.2 g 22.2 g 2.3 g	461 kcal 24.5 g 16.0 g 1.6 g	647 kcal 29.5 g 18.6 g 2.1 g	
20 火			えりんぎのみそしる にくじゃが わふうサラダ	あぶらあげ にぼし みそ ぶたばら ぶたもも ぎゆうにゆう	強化米 こめ あぶら じゃがいも しらたき さとう わふうドレッシング	エリンギ ねぎ だいずもやし たまねぎ にんじん こねぎ ほうれんそう きゅうり キャベツ	841 kcal 31.9 g 28.8 g 2.5 g	513 kcal 22.1 g 21.3 g 1.6 g	735 kcal 28.9 g 26.7 g 2.3 g	
21 水			なしジャム みねすとりーね かぼちゃチーズフライ レモンサラダ	とりむね ツナ ぎゆうにゆう	ばん なしジャム じゃがいも バ ター 油 アーモンド	にんじん たまねぎ セロリ トマト コーン さやいんげん あかピーマン きピーマン キャベツ レモン汁	778 kcal 28.9 g 24.6 g 2.7 g	511 kcal 17.6 g 18.3 g 1.8 g	673 kcal 22.9 g 21.9 g 2.3 g	
22 木			かぶのみそしる さわらのうめに きりぼしだいこんのあつさに からしあえ	わかめ みそ さわら ぶたばら かつおぶし ぎゆうにゆう	強化米 こめ さとう 油	かぶ みずな うめびしお きりぼしだいこん にんじん こまつな	800 kcal 34.4 g 24.3 g 2.5 g	472 kcal 22.9 g 17.3 g 1.9 g	656 kcal 27.3 g 19.4 g 2.3 g	
23 金			キムチうどん きむちうどん ひじきサラダ ナッツいため	ぶたばら ぶたもも ひじき ツナ ぎゆうにゆう	ソフトめん ごま油 あおじそドレッシング ごま じゃ がいも アーモンド バター	はくさい りょくとうもやし だいこん えのき なら はくさいキムチ ほうれんそう たまねぎ にんじんキャベツ	795 kcal 38.2 g 24.3 g 2.1 g	535 kcal 26.4 g 18.5 g 1.5 g	666 kcal 33.0 g 22.5 g 2.1 g	
26 月			いんげんのみそしる さばのおやき あまずナッツあえ	もめんとうふ みそ さば ぎゆうにゆう	強化米 こめ 油 さとう アーモンド	キャベツ さやいんげん だいずもやし きゅうり にんじん	768 kcal 34.9 g 25.1 g 2.1 g	464 kcal 23.6 g 18.8 g 1.5 g	618 kcal 28.1 g 18.4 g 1.8 g	
27 火			びびんば(ぐ) かぶのスープ かぼちゃサラダ	とりむね ヨーグルト ぎゆうにゆう	強化米 こめ さとう 油 ごま でんこ アーモンド マヨネーズ	ぜんまい ほうれんそう もやし にんじん かぶ しめじ しいたけ こねぎ かぼちゃ あかピーマン	786 kcal 27.0 g 24.8 g 2.0 g	478 kcal 18.7 g 18.5 g 1.2 g	687 kcal 24.7 g 22.8 g 1.6 g	
28 水			チョコレートパテ だいずもやしのスープ とりとまめのクリームに はむサラダ	とりもも とりむね だいず ぎゆ うにゆう ロースハム	ばん チョコレートクリーム バター じゃがいも	だいずもやし みずな にんじん さやいんげん えだまめ しめじ ごぼう キャベツ	730 kcal 35.9 g 25.0 g 3.0 g	477 kcal 24.4 g 19.8 g 1.8 g	645 kcal 32.8 g 23.7 g 2.8 g	
29 木			あぶらあげのみそしる ハヤシオムレツ わかめだいずサラダ	あぶらあげ みそ オムレツ わかめ だいず ぎゆうにゆう	強化米 こめ 油 さとう ごま	だいこん ねぎ たまねぎ ほうれんそう にんじん しめじ こまつな きりぼしだいこん	814 kcal 28.3 g 25.4 g 3.0 g	501 kcal 19.7 g 18.9 g 2.1 g	696 kcal 24.7 g 22.5 g 2.6 g	
30 金			きのこのクリームスパゲッティ コンソメスープ おんサラダ	とりもも もめんとうふ ぎゆうにゆう	スパゲッティ バター はるさめ オリーブ油 アーモンド	たまねぎ しめじ まいたけ しいたけ ほうれんそう さやえんどう かぼちゃ にんじん さやいんげん	772 kcal 40.3 g 19.2 g 2.5 g	534 kcal 25.9 g 15.2 g 1.7 g	693 kcal 33.5 g 18.0 g 2.3 g	
月平均栄養価							796 kcal	682 kcal	500 kcal	
学校給食摂取基準							33.3 g	28.3 g	22.5 g	
中学・高等部エネルギー-830kcal							24.7 g	21.8 g	18.5 g	
小学部高学年エネルギー-750kcal							2.5 g	2.2 g	1.7 g	
小学部低学年エネルギー-530kcal										
※都合により、献立内容が変更になる場合があります。ご了承ください。										