



令和6年度
学校給食予定献立表

青森県立青森第一養護学校

日付		18日 十五夜行事食 *今年の十五夜は9月17日です	使 用 し て い る 材 料						小学部	中学部
			血 や に く に な る		体 の 調 子 を と と の え る		カ や 熱 の も と に な る			
			た ん ば く 質	無 機 質	ビ タ ミ ン		炭 水 化 物	脂 質		
			魚・肉・卵・大豆・大豆製品など	牛乳・乳製品・小魚・海そうなど	その他の野菜・果物・きのこなど	色のこい野菜	穀類・いも類・さとう・菓子	油脂・種実類		
2月	主 食	麦ごはん					こめ おおむぎ		エネルギー 607 kcal	エネルギー 649 kcal
	牛 乳	牛乳		ぎゅうにゅう						
	汁 物	青菜のみそ汁	あぶらあげ みそ かつおだし			こまつな にんじん			タンパク質 25.6 g	タンパク質 27.2 g
	主 菜	ポークと野菜のソテー	ぶたにく		たまねぎ こんにゃく	あかピーマン ピーマン		サラダゆ ごま		
	副 菜	海藻サラダ	かまぼこ	かいそう	きゅうり もやし			ドレッシング	塩分相当量 1.9 g	塩分相当量 2.1 g
3月	主 食	冷やし中華（ごまダレ）	とりにく		もやし ねぎ		ちゅうかめん	ごま	エネルギー 722 kcal	エネルギー 659 kcal
	牛 乳	牛乳		ぎゅうにゅう						
	汁 物								タンパク質 30.9 g	タンパク質 29.5 g
	主 菜	かぼちゃコロッケ				かぼちゃコロッケ		サラダゆ		
	副 菜	キャベツの昆布和え		こんぶ	キャベツ	にんじん			塩分相当量 2.0 g	塩分相当量 2.2 g
4月	主 食	麦ごはん					こめ おおむぎ		エネルギー 604 kcal	エネルギー 645 kcal
	牛 乳	牛乳		ぎゅうにゅう						
	汁 物	中華スープ	ハム		たけのこ ねぎ	にんじん		ごまあぶら	タンパク質 24.5 g	タンパク質 25.9 g
	主 菜	麻婆豆腐	とうふ ぶたにく だいずミート		しいたけ ねぎ	にんじん グリンピース	マーボーソース さとう でんぶん	サラダゆ		
	副 菜	しめじと小松菜のごま酢和え			しめじ	こまつな	さとう	ごま	塩分相当量 1.9 g	塩分相当量 2.1 g
5月	主 食	麦ごはん					こめ おおむぎ		エネルギー 599 kcal	エネルギー 609 kcal
	牛 乳	牛乳		ぎゅうにゅう						
	汁 物	もやしのみそ汁	あぶらあげ みそ かつおだし		こだいずもやし	にんじん			タンパク質 24.8 g	タンパク質 24.1 g
	主 菜	あじカツ	アジカツ					サラダゆ		
	副 菜	添え野菜 パックソース			キャベツ	かぼちゃ			塩分相当量 1.9 g	塩分相当量 2.0 g
6月	主 食	バターロール					パン		エネルギー 609 kcal	エネルギー 644 kcal
	牛 乳	牛乳		ぎゅうにゅう						
	汁 物	カレースープ	ぶたにく		たまねぎ キャベツ	ブロッコリー ミックスベジタブル	じゃがいも カレールウ		タンパク質 26.1 g	タンパク質 26.8 g
	主 菜	チーズハンバーグ	チーズハンバーグ		レタス					
	副 菜	にんじんのグラッセ				にんじん	さとう	バター	塩分相当量 1.9 g	塩分相当量 2.1 g
9月	主 食	麦ごはん					こめ おおむぎ		エネルギー 621 kcal	エネルギー 621 kcal
	牛 乳	牛乳		ぎゅうにゅう						
	汁 物	キャベツのみそ汁	あぶらあげ みそ かつおだし		キャベツ	にんじん			タンパク質 23.1 g	タンパク質 22.2 g
	主 菜	さばみそ煮	さばみそに							
	副 菜	ブロッコリー				ブロッコリー			塩分相当量 2.1 g	塩分相当量 2.2 g
10月	主 食	冷やしとろろうどん	とりにく		ねぎ	オクラ	うどん ながいも		エネルギー 589 kcal	エネルギー 629 kcal
	牛 乳	牛乳		ぎゅうにゅう						
	汁 物								タンパク質 25.2 g	タンパク質 27.9 g
	主 菜	焼き子持ちししゃも		ししゃも		サラダな				
	副 菜	ほうれん草のごま酢和え	ささかまぼこ		もやし	ほうれんそう にんじん		ごま	塩分相当量 1.9 g	塩分相当量 2.2 g
11月	デザート	りんごゼリー			りんごゼリー					
	主 食	麦ごはん					こめ おおむぎ		エネルギー 562 kcal	エネルギー 598 kcal
	牛 乳	牛乳		ぎゅうにゅう						
	汁 物	鶏としめじのスープ	とりにく	わかめ	たまねぎ しめじ ねぎ				タンパク質 24.4 g	タンパク質 25.8 g
	主 菜	肉だんごと生揚げの甘酢炒め	にくだんご なまあげ		たまねぎ たけのこ しいたけ	にんじん ピーマン	ずばたソース でんぶん	サラダゆ		
12月	副 菜	もやしのナムル			こだいずもやし	ほうれんそう		ごまあぶら ごま	塩分相当量 1.8 g	塩分相当量 2.0 g
	主 食	ポークカレーライス	ぶたにく		たまねぎ	にんじん	こめ おおむぎ チャツネ じゃがいも カレールウ	サラダゆ	エネルギー 626 kcal	エネルギー 667 kcal
	牛 乳	牛乳		ぎゅうにゅう						
	汁 物								タンパク質 23.4 g	タンパク質 24.5 g
	副 菜	玉子サラダ	たまご とりにく		キャベツ たまねぎ	ブロッコリー		マヨネーズ		
木	副 菜	福神漬			ふくじんづけ				塩分相当量 1.8 g	塩分相当量 2.0 g
	デザート	カットフルーツ（和梨）			なし					



令和6年度
学校給食予定献立表

青森県立青森第一養護学校

日付		18日 十五夜行事食 *今年の十五夜は9月17日です	使 用 し て い る 材 料						小学部	中学部																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
			血 や に く に な る		体 の 調 子 を と と の え る		力 や 熱 の も と に な る																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
			た ん ば く 質		無 機 質		ビ タ ミ ン				炭 水 化 物		脂 質																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																														
			魚・肉・卵・大豆・大豆製品など		牛乳・乳製品・小魚・海そうなど		その他の野菜・果物・きのこなど				色のこい野菜		穀類・いも類・さとう・菓子		油脂・糧実類																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
13 金	主 食	ピタパン																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									</

※ 形態食の児童生徒は、450～500キロカロリーを基準に、個に応じた給食を提供しています。
※ 食材料の都合により、献立を変更することがあります。