



令和7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		使用している材料	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		
12 金	主食	雪にんじんパン						エネルギー 628 kcal	エネルギー 713 kcal
	牛乳	牛乳	ぎゅうにゅう						
	汁物	ミネストローネスープ	ベーコン ひよこまめ		たまねぎ キャベツ	ミックスベジタブル トマト パセリ		オリーブ油	
	主菜	ハンバーグピカタ	ハンバーグピカタ						
	副菜	にんじんのグラッセ			にんじん		さとう	バター	
	副菜	ヘルシーサラダ		ひじき	とうもろこし	にんじん	さとう	サラダゆ ごま	
16 火	主食	冷やし中華(ごまだれ)	ぶたにく		きゅうり もやし ねぎ	ブロッコリー	ちゅうかめん	ごま	
	牛乳	牛乳	ぎゅうにゅう						
	汁物								
	主菜								
	副菜	たまごサラダ	たまご		キャベツ たまねぎ	さやいんげん にんじん サラダな	さとう	マヨネーズ	
	デザート	りんごゼリー			りんごゼリー				
17 水	主食	麦ごはん					こめ おおむぎ		
	牛乳	牛乳	ぎゅうにゅう						
	汁物	じゃがいものみそ汁	みそ	わかめ		はねぎ	じゃがいも		
	主菜	おでん	さつまあげ ちくわ あつあげ	こんぶ	こんにゃく だいこん	にんじん			
	副菜	しめじと小松菜のごま酢和え	とりにく		しめじ	こまつな	さとう	ごまあぶら ごま	
18 木	主食	麦ごはん					こめ おおむぎ		
	牛乳	牛乳	ぎゅうにゅう						
	汁物	キムチスープ	ぶたにく とうふ みそ		はくさいキムチ たまねぎ はくさい	にんじん にら		ごまあぶら	
	主菜	揚げ豆腐のあんかけ	あげとうふ とりにく			グリーンピース	でんぶん	サラダゆ	
	副菜	キャベツの昆布和え		こんぶ	キャベツ きゅうり				
19 金	主食	食パン(ジャム)					パン ジャム		
	牛乳	牛乳	ぎゅうにゅう						
	汁物	コーンチャウダー	ぎゅうにゅう		たまねぎ	ミックスベジタブル	コーンスープ こむぎこ	サラダゆ	
	主菜	オムレツ	オムレツ			サラダな			
	副菜	フライドポテト					フレンチポテト	サラダゆ	
	副菜	大根と水菜のサラダ	ツナ		だいこん キャベツ	みずな	さとう		
22 月	主食	ボークハヤシライス	ぶたにく		たまねぎ マッシュルーム	にんじん トマト	こめ おおむぎ ハヤシルウ こむぎこ	サラダゆ	
	牛乳	牛乳	ぎゅうにゅう						
	汁物								
	主菜								
	副菜	チキンポテトサラダ	とりにく		たまねぎ	ミックスベジタブル サラダな	じゃがいも さとう	マヨネーズ つぶマスタード	
	副菜	カリフラワーのピクルス			カリフラワー	あかピーマン	さとう		
24 水	主食	麦ごはん					こめ おおむぎ		
	牛乳	牛乳	ぎゅうにゅう						
	汁物	かき玉スープ	たまご		きくらげ	こまつな にんじん	でんぶん		
	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 グリーンピース	マーボーソース さとう でんぶん	サラダゆ	
	副菜	中華風春雨サラダ	ハム		きゅうり もやし	にんじん	はるさめ さとう	ごまあぶら	
25 木	主食	麦ごはん					こめ おおむぎ		
	牛乳	牛乳	ぎゅうにゅう						
	汁物	わかめのみそ汁	なまあげ みそ	わかめ	ねぎ				
	主菜	豚肉のバラ焼き風炒め	ぶたにく		たまねぎ こんにゃく りんご	ピーマン にんじん	さとう	サラダゆ	
	副菜	小松菜ツナ和え	ツナ			こまつな にんじん	さとう		
	デザート	りんごヨーグルト		ヨーグルト	りんご		さとう		

※ 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。