



令和7年度 学校給食予定献立表

青森県立青森第一高等養護学校

日付			使　　用　　し　　て　　い　　る　　材　　料						1組	2組	4組
			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・種実類			
26 火	主　食	冷やしうどん	とりにく		だいこん　ねぎ	ほうれんそう	うどん		エネルギー 709　kcal	エネルギー 587　kcal	エネルギー 758　kcal
	牛　乳	牛乳		ぎゅうにゅう							
	汁　物										
	主　菜	大豆ミートはるまき	はるまき					サラダゆ	タンパク質 29.4　g	タンパク質 23.8　g	タンパク質 31.6　g
	副　菜	ブロッコリーの和風和え				ブロッコリー　にんじん		ドレッシング	塩分相当量 2.2　g	塩分相当量 1.8　g	塩分相当量 2.3　g
	デザート	りんごゼリー			りんごゼリー						
27 水	主　食	麻婆どん	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	こめ　おおむぎ さとう　でんぶん	サラダゆ	エネルギー 701　kcal	エネルギー 536　kcal	エネルギー 767　kcal
	牛　乳	牛乳		ぎゅうにゅう							
	汁　物	わかめスープ		わかめ	たまねぎ　しめじ ねぎ				タンパク質 29.0　g	タンパク質 22.7　g	タンパク質 31.7　g
	主　菜										
	副　菜	小松菜ツナ和え	ツナ			こまつな　にんじん	さとう		塩分相当量 2.1　g	塩分相当量 1.6　g	塩分相当量 2.4　g
28 木	主　食	麦ごはん					こめ　おおむぎ		エネルギー 715　kcal	エネルギー 571　kcal	エネルギー 772　kcal
	牛　乳	牛乳		ぎゅうにゅう							
	汁　物	夏野菜のスープカレー	とりにく		たまねぎ　ズッキーニ なす	かぼちゃ　パプリカ トマトみずに	カレールウ	サラダゆ	タンパク質 27.1　g	タンパク質 22.0　g	タンパク質 29.1　g
	主　菜										
	副　菜	キャベツとにんじんのサラダ		チーズ	キャベツ　とうもろこし	にんじん		ドレッシング	塩分相当量 2.1　g	塩分相当量 1.6　g	塩分相当量 2.3　g
	デザート	レモンヨーグルト		ヨーグルト							
29 金	主　食	背割りコッペパン					パン		エネルギー 736　kcal	エネルギー 537　kcal	エネルギー 756　kcal
	牛　乳	牛乳		ぎゅうにゅう							
	汁　物	豆乳入り野菜スープ	ぶたにく　なまあげ みそ　とうにゅう		キャベツ　たまねぎ えのきだけ	にんじん	マカロニ		タンパク質 32.5　g	タンパク質 23.9　g	タンパク質 33.4　g
	主　菜	メンチカツ	メンチカツ					サラダゆ			
	副　菜	ボイルキャベツ			キャベツ				塩分相当量 2.4　g	塩分相当量 1.7　g	塩分相当量 2.5　g
	副　菜	ジャーマンポテト	ベーコン		たまねぎ	にんじん　パセリ	じゃがいも	サラダゆ			

※ 形態食の生徒は、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。