



北海道稚内養護学校
令和8年5月27日発行
文責：栄養教諭



※4月に山本建設様より地場産物の【勇知いも】の寄贈がありました。赤字になっている献立は【勇知いも】を使用しています。

ひにち	こんだて	しょくざい			エネルギー (kcal)
1(月)	ごはん あさりとわかめのみそしる さけとじゃがいものあげに しめじいりごまあえ	こめ むぎ じゃがいも ごま	あさり わかめ さけ	ほうれんそう にんじん しめじ	617
2(火)	きつねうどん やさいかきあげ はちみつレモンゼリー	うどん はちみつレモンゼリー	あぶらあげ やきちくわ とりにく けいらん	やさいかきあげ こまつな たまねぎ ながねぎ	676
3(水)	バターロール キャベツのクリームに ジャーマンポテト もものゼリーあえ	バターロール じゃがいも もものゼリー	とりにく ベーコン パルメザンチーズ	キャベツ たまねぎ コーン にんじん いんげん ももかん	577
4(木)	ごはん はくさいとにんじんとあぶらげのみそしる くろむつのさいきょうやき ふきとふたにくのいたためもの	こめ むぎ ごま	あぶらあげ くろむつ ふたにく	はくさい にんじん ふき だけのこ いんげん しらたき	629
5(金)	ゆかりごはん ふきとまめふのみそしる じゃがいものそぼろに キャベツとちくわのあえもの	こめ むぎ まめふ じゃがいも	ふたにく やきちくわ	ふき しそ たまねぎ にんじん グリーンピース ほししいたけ キャベツ ほうれんそう	557
8(月)	ごはん じゃがいもとたまねぎのみそしる すきやきふうに いんげんのいたためもの	こめ むぎ じゃがいも ごま	ふたにく もめんどうふ けんらん さつまあげ	たまねぎ にんじん はくさい しらたき ながねぎ えのきたけ いんげん	593
9(火)	わかめラーメン しゅうまい ミックスフルーツ	ちゅうかめん ごま	ふたにく わかめ しゅうまい	めんま もやし たまねぎ にんじん ながねぎ しょうが ミックスフルーツ	566
10(水)	ごはん かぶのこんさいスープ ポークチャップ おかかチーズサラダ	こめ むぎ	ベーコン ふたにく プロセスチーズ かつおぶし	かぶ にんじん ブロッコリー ごぼう たまねぎ しめじ ピーマン	641
11(木)	ごはん ぐたくさんみそしる さばのかおりやき かぶのうめおかかあえ	こめ むぎ	もめんどうふ さば	キャベツ だいこん にんじん ごぼう ながねぎ しょうが しそ かぶ きゅうり	598
12(金)	わふうビビンバどん わかめスープ ひじきのナムル	こめ むぎ ごま	わかめ ふたにく ひじき	ごぼう もやし ほうれんそう はくさいキムチ たくあん ながねぎ にんじん きゅうり	585
13(土)	★うんどうかい★				
15(月)	ふりかえきゅうじつ				
16(火)	ソースやきそば たまごスープ はるまき りんごゼリー	やきそば ごま りんごゼリー	ふたにく たまご はるまき	キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン ほししいたけ ながねぎ	660
17(水)	しょくばん いちごジャム ビーフシチュー だいこんサラダ ようなしかん	しょくばん いちごジャム じゃがいも	ぎゅうにく ツナ	たまねぎ にんじん しめじ だいこん みずな コーン ようなしかん	610
18(木)	ごはん けんちんじる めばるのさいきょうやき さんしょくおひたし	こめ むぎ	もめんどうふ めばる あぶらあげ かつおぶし	ツキコンニャク だいこん にんじん ごぼう ながねぎ ほししいたけ もやし こまつな	695
19(金)	ごはん さといもとわかめのみそしる うのはなコロッケ きりほしだいこんのいたために	こめ むぎ さといも	わかめ ひじき うのはなコロッケ あぶらあげ さつまあげ	きりほしだいこん にんじん いんげん	691
22(月)	ごはん レタスとハムのスープ マーボーどうふ きくらげとあおなのたまごいため	こめ むぎ はるさめ	ロースハム もめんどうふ ふたにく けいらん	レタス にんじん だけのこ ピーマン ながねぎ きくらげ こまつな	612
23(火)	ほうれんそうのクリームスパゲティ キャベツとベーコンのスープ えだまめサラダ	スパゲティ	とりにく ベーコン ひじき ロースハム	たまねぎ ほうれんそう しめじ レタス にんじん きゃべつ もやし えだまめ	586
24(水)	ハヤシライス こまつなサラダ ヨーグルトフルーツ(みかん)	こめ むぎ	ふたにく ひじき ツナ	たまねぎ にんじん しめじ エリンギ トマトみずに こまつな みかんかん	607
25(木)	ごもくごはん かぼちゃとたまねぎのみそしる さけのごまマヨネーズやき きゅうりのあますづけ	こめ むぎ ごま	あぶらあげ さけ	ほししいたけ にんじん ごぼう だけのこ かぼちゃ たまねぎ きゅうり だいこん	627
26(金)	かつどん とうふときゃべつのみそしる いそかあえ	こめ むぎ	ひとくちカツ けいらん もめんどうふ きりのり かつおぶし	たまねぎ にんじん ながねぎ グリーンピース キャベツ ほうれんそう えのきたけ	576
29(月)	ごはん こまつなとまめふのみそしる とりのマヨネーズやき あつあげのふくめに	こめ むぎ ごま まめふ	とりにく あつあげ	こまつな こねぎ こんにゃく にんじん いんげん	685
30(火)	かんどんめん やきぎょうざ あんにんもも	ちゅうかめん あんにんどうふ	ぎょうざ ふたにく	はくさい にんじん きくらげ ちんげんさい だけのこ ももかん ながねぎ ほししいたけ	631

※ 購入物資の関係で献立や使用食材を変更することがあります。あらかじめご了承ください。

※ 牛乳は毎日つきます。牛乳は主にかからだをつくる【赤】の食品です。

※ 国の重点支援地方交付金活用事業「学校給食費等支援事業補助金」により保護者様の負担軽減が図られております。

・ 目標値 610kcal ・ 充足率 101% ・ 献立平均 615kcal



北海道稚内養護学校
令和8年5月27日発行
文責：栄養教諭



※4月に山本建設様より地場産物の【勇知いも】の寄贈がありました。赤字になっている献立は【勇知いも】を使用しています。

ひにち	こんだて	しょくざい			エネルギー (kcal)
1(月)	ごはん あさりとわかめのみそしる さけとじゃがいものあげに しめじいりごまあえ	こめ むぎ じゃがいも ごま	あさり わかめ さけ	ほうれんそう にんじん しめじ	735
2(火)	きつねうどん やさいかきあげ はちみつレモンゼリー	うどん はちみつレモンゼリー	あぶらあげ やきちくわ とりにく けいらん	やさいかきあげ こまつな たまねぎ ながねぎ	715
3(水)	バターロール キャベツのクリームに ジャーマンポテト もものゼリーあえ	バターロール じゃがいも もものゼリー	とりにく ベーコン パルメザンチーズ	キャベツ たまねぎ コーン にんじん いんげん ももかん	701
4(木)	ごはん はくさいとにんじんとあぶらげのみそしる くろむつのさいきょうやき ふきとふたにくのいたためもの	こめ むぎ ごま	あぶらあげ くろむつ ふたにく	はくさい にんじん ふき だけのこ いんげん しらたき	716
5(金)	ゆかりごはん ふきとまめふのみそしる じゃがいものそぼろに キャベツとちくわのあえもの	こめ むぎ まめふ じゃがいも	ふたにく やきちくわ	ふき しそ たまねぎ にんじん グリーンピース ほししいたけ キャベツ ほうれんそう	665
8(月)	ごはん じゃがいもとたまねぎのみそしる すきやきふうに いんげんのいたためもの	こめ むぎ じゃがいも ごま	ふたにく もめんどうふ けんらん さつまあげ	たまねぎ にんじん はくさい しらたき ながねぎ えのきたけ いんげん	710
9(火)	わかめラーメン しゅうまい ミックスフルーツ	ちゅうかめん ごま	ふたにく わかめ しゅうまい	めんま もやし たまねぎ にんじん ながねぎ しょうが ミックスフルーツ	645
10(水)	ごはん かぶのこんさいスープ ポークチャップ おかかチーズサラダ	こめ むぎ	ベーコン ふたにく プロセスチーズ かつおぶし	かぶ にんじん ブロッコリー ごぼう たまねぎ しめじ ピーマン	762
11(木)	ごはん ぐたくさんみそしる さばのかおりやき かぶのうめおかかあえ	こめ むぎ	もめんどうふ さば	キャベツ だいこん にんじん ごぼう ながねぎ しょうが しそ かぶ きゅうり	682
12(金)	わふうビビンバどん わかめスープ ひじきのナムル	こめ むぎ ごま	わかめ ふたにく ひじき	ごぼう もやし ほうれんそう はくさいキムチ たくあん ながねぎ にんじん きゅうり	709
13(土)	★うどんどうかい★				
15(月)	ふりかえきゅうじつ				
16(火)	ソースやきそば たまごスープ はるまき りんごゼリー	やきそば ごま りんごゼリー	ふたにく たまご はるまき	キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン ほししいたけ ながねぎ	766
17(水)	しょくばん いちごジャム ビーフシチュー だいこんサラダ ようなしかん	しょくばん いちごジャム じゃがいも	ぎゅうにく ツナ	たまねぎ にんじん しめじ だいこん みすな コーン ようなしかん	758
18(木)	ごはん けんちんじる めばるのさいきょうやき さんしょくおひたし	こめ むぎ	もめんどうふ めばる あぶらあげ かつおぶし	ツキコンニャク だいこん にんじん ごぼう ながねぎ ほししいたけ もやし こまつな	685
19(金)	ごはん さといもとわかめのみそしる うのはなコロッケ きりほしだいこんのいために	こめ むぎ さといも	わかめ ひじき うのはなコロッケ あぶらあげ さつまあげ	きりほしだいこん にんじん いんげん	782
22(月)	ごはん レタスとハムのスープ マーボーどうふ きくらげとあおなのたまごいため	こめ むぎ はるさめ	ロースハム もめんどうふ ふたにく けいらん	レタス にんじん だけのこ ピーマン ながねぎ きくらげ こまつな	724
23(火)	ほうれんそうのクリームスパゲティ キャベツとベーコンのスープ えだまめサラダ	スパゲティ	とりにく ベーコン ひじき ロースハム	たまねぎ ほうれんそう しめじ レタス にんじん きゃべつ もやし えだまめ	702
24(水)	ハヤシライス こまつなサラダ ヨーグルトフルーツ(みかん)	こめ むぎ	ふたにく ひじき ツナ	たまねぎ にんじん しめじ エリンギ トマトみずに こまつな みかんかん	772
25(木)	ごもくごはん かぼちゃとたまねぎのみそしる さけのごまマヨネーズやき きゅうりのあますづけ	こめ むぎ ごま	あぶらあげ さけ	ほししいたけ にんじん ごぼう だけのこ かぼちゃ たまねぎ きゅうり だいこん	758
26(金)	かつどん とうふときゃべつのみそしる いそかあえ	こめ むぎ	ひとくちカツ けいらん もめんどうふ きりのり かつおぶし	たまねぎ にんじん ながねぎ グリーンピース キャベツ ほうれんそう えのきたけ	748
29(月)	ごはん こまつなとまめふのみそしる とりのマヨネーズやき あつあげのふくめに	こめ むぎ ごま まめふ	とりにく あつあげ	こまつな こねぎ こんにゃく にんじん いんげん	783
30(火)	かんどんめん やきぎょうざ あんにんもも	ちゅうかめん あんにんどうふ	ぎょうざ ふたにく	はくさい にんじん きくらげ ちんげんさい だけのこ ももかん ながねぎ ほししいたけ	733

※ 購入物資の関係で献立や使用食材を変更することがあります。あらかじめご了承ください。

※ 牛乳は毎日つきます。牛乳は主にかからだをつくる【赤】の食品です。

※ 国の重点支援地方交付金活用事業「学校給食費等支援事業補助金」により保護者様の負担軽減が図られております。

・ 目標値 720kcal ・ 充足率 101% ・ 献立平均 726kcal