

2 月 分 学 校 給 食 献 立 表

福岡県立川崎特別支援学校

日	曜	献立名	主な材料と体内での働き			エネルギー (キロカロリー)
			血や肉の基になる (赤色)	熱や力の基になる (黄色)	体の調子を整える (緑色)	
1	木	ミートソーススパゲッティ 牛乳 南瓜の天ぷら コンソメスープ	牛乳 牛・豚ミンチ ベーコン チーズ	スパゲッティ 油 小麦粉	人参 南瓜 玉ねぎ にんにく しょうが グリンピース トマト えのき	554 696
2	金	麦ごはん いわしの梅煮 青菜と厚揚げの煮びたし ほうれん草のみそ汁 節分豆 牛乳	牛乳 いわし 厚揚げ みそ 節分豆	米 砂糖 麦	小松菜 椎茸 ねぎ 玉ねぎ ほうれん草 梅干し	604 812
5	月	麦ごはん 高野豆腐の卵とじ ひじきと胡桃のサラダ キャベツと春雨のスープ 牛乳	牛乳 高野豆腐 卵 ひじき 白す干し かにかま	米 麦 砂糖 油 マヨネーズ 春雨	玉ねぎ 人参 椎茸 グリンピース 胡瓜 キャベツ	562 707
6	火	豚丼 白菜とりんごのサラダ すまし汁 牛乳	牛乳 豚肉	米 麦 アーモンド 油 砂糖	玉ねぎ ねぎ 白菜 りんご えのき	619 784
7	水	麦ごはん 牛肉コロッケ 胡瓜とトマトの酢の物 じゃがいものみそ汁 ぼんかん 牛乳	牛乳 牛肉 みそ	米 麦 砂糖 油 じゃがいも	胡瓜 トマト ねぎ ぼんかん	572 688
8	木	米粉パン ポークビーンズ 海藻サラダ コンソメスープ 牛乳	牛乳 大豆 豚肉 海藻サラダ ベーコン	米粉パン じゃがいも 油 砂糖	人参 キャベツ 胡瓜 玉ねぎ にんにく セロリ レモン	473 693
9	金	麦ごはん 一食チーズ わかさぎ南蛮漬 春雨の鶏ごぼうサラダ 白いんげん豆のスープ 牛乳	牛乳 わかさぎ 白いんげん豆 鶏肉 ハム チーズ	米 麦 マヨネーズ ごま 砂糖 油 春雨	人参 ピーマン 玉ねぎ キャベツ 胡瓜 ごぼう	542 723
12	月	けんこくきねん ひ ふりかえきゆうじつ 建国記念の日 振替休日				
13	火	菜飯 鶏の唐揚げ 切干大根の炒り煮 豆腐のみそ汁 アイスcream 牛乳	牛乳 鶏肉 わかめ 油揚げ みそ 豆腐 アイスクリーム	米 麦 油 小麦粉 砂糖	人参 ねぎ 大根葉 しょうが 切干大根 椎茸 ほうれん草 えのき	658 836
14	水	麦ごはん 豆腐入りハンバーグ ビーンズサラダ すまし汁 チョコプリン 牛乳	牛乳 牛・豚ミンチ 豆腐 いんげん豆 卵	米 麦 油 砂糖 花麩 チョコプリン パン粉	人参 玉ねぎ 胡瓜 キャベツ みつば コーン	603 746
15	木	ちゃんぽん 春巻き ひじきとハムのサラダ 牛乳	牛乳 豚肉 えび いか ハム 天ぷら ひじき かまぼこ	ちゃんぽん麺 砂糖 油 春巻き	玉ねぎ 人参 胡瓜 ねぎ もやし キャベツ	567 801
16	金	麦ごはん あじごまフライ ブロッコリーのおかか和え 根菜の吹き寄せ汁 牛乳	牛乳 かつお節 あじごまフライ 鶏肉 高野豆腐	米 麦 砂糖 油 里いも こんにやく	人参 ねぎ ブロッコリー ごぼう 椎茸 いんげん しょうが	549 684
19	月	麦ごはん 麻婆豆腐 キャベツの白す和え もやしの中華スープ マスカット 牛乳	牛乳 豆腐 みそ 豚ミンチ 白す干し	米 麦 砂糖 油	人参 ねぎ じゃがいも しょうが にんにく もやし 玉ねぎ 椎茸 キャベツ マスカット	565 711
20	火	カレーライス もやしのナムル コンソメスープ 牛乳	牛乳 牛肉	米 麦 油 砂糖 カレールウ じゃがいも	人参 にんにく しょうが もやし ぜんまい 玉ねぎ ほうれん草	616 779
21	水	麦ごはん ししゃもフライ 豆とポテトのサラダ キャベツのみそ汁 牛乳	牛乳 ししゃも 油揚げ みそ わかめ 手亡豆 ツナ	米 麦 油 マヨネーズ ごま じゃがいも	人参 ねぎ 小松菜 キャベツ 玉ねぎ	550 703
22	木	ぶどうパン 魚と貝のトマトクリームスープ ミートボールのクリームソースかけ じゃがいもと野菜の炒め物 牛乳	牛乳 ミートボール 生クリーム あさり ウインナー メル角切り	ぶどうパン 小麦粉 油 じゃがいも パター	玉ねぎ 人参 キャベツ トマト	578 760

23	金	てんのうたんじょうび 天皇誕生日				
26	月	むぎ 麦ごはん とうふ 豆腐のふくさ焼き きりぼしだいこん 切干大根のごまみそ和え すまし汁 カップデヤクルト 牛乳	ぎゅうにゅう たまご 牛乳 豆腐 卵 とり 鶏ミンチ チーズ みそ わかめ ヤクルト	こめ むぎ さとう はなふ 米 麦 砂糖 花麩 ごま	にんじん そう たま 人参 ほうれん草 玉ねぎ グリーンピース キャベツ きりぼしだいこん 切干大根	627 763
27	火	にんじん 人参ごはん けんさんやさい たまご や 県産野菜の卵焼き さつまいものおろし和え 汁ピーフン 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 白す干し たまご や 卵焼き	こめ ごめ あぶら 米 もち米 油 さつまいも ビーフン 砂糖	にんじん だいこん ねぎ しいたけ 人参 大根 ねぎ 椎茸 キャベツ	541 690
28	水	むぎ 麦ごはん ホキのムニエルバジル風味 きゅうり しら す あ 胡瓜と白すのポン酢和え だいこん わふう 大根の和風コンソメスープ 牛乳	ぎゅうにゅう き み 牛乳 ホキ切り身 しら ぼ 白す干し わかめ ベーコン	こめ むぎ あぶら さとう 米 麦 油 砂糖 バター ごま こむぎこ 小麦粉	きゅうり だいこん しいたけ 胡瓜 しめじ 大根 いんげん 椎茸	566 697
29	木	まるてん 丸天うどん ちくわ きゅうり す もの きびなごフライ 竹輪と胡瓜の酢の物 ぎゅうにゅう みかんジュース 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 きびなご わかめ かまぼこ とりにく 鶏肉 あぶらあ てんぷら 油揚げ	うどんめん あぶら ほんさめ うどん 麵 油 春雨 砂糖	しいたけ にんじん きゅうり ねぎ 椎茸 人参 胡瓜 しょうが みかんジュース	585 691

えいようか じょうだん しょうがくぶ げだん ちゅうがくぶ
栄養価は上段が小学部、下段が中学部です