

3 月 分 学 校 給 食 献 立 表

福岡県立川崎特別支援学校

にち 日	よう 曜	こ ん だ て め い 名	お も な ざ い り や う と た い な い の は たら き			エ ネ ル ギ ー (キ ロ カ ロ リ ー)
			ち に く も と あ か い る 血 や 肉 の 基 に な る (赤 色)	ね つ ち か ら も と 熱 や 力 の 基 に な る (黄 色)	か ら だ ち や う し と と の み ど り い ろ 体 の 調 子 を 整 え る (緑 色)	
1	水	麦ごはん 赤魚のきのこソース キャベツと春雨のソテー 厚揚げのみそ汁 ジョアプレーン 牛乳	牛乳 ジョア 赤魚切り身 竹輪 みそ 厚揚げ わかめ	米 麦 油 春雨 バター	ねぎ しめじ えのきたけ エリンギ 玉ねぎ キャベツ	559 701
2	木	丸パン チキンウーク じゃがいもとピーツのサラダ 麦入りスープ 牛乳	牛乳 鶏肉 卵	パン いちごジャム バター 油 麦 小麦粉	玉ねぎ ブロッコリー 人参 コーン ピーツ レモン	671 816
3	金	散らし寿司 さわらの西京焼き 菜の花の和え物 すまし汁 ひなあられ 牛乳	牛乳 さわら切り身 卵 焼きのり	米 砂糖 麴 ひなあられ	絹さや 椎茸 ねぎ 人参 ごぼう 菜の花 えのきたけ	582 691
6	月	麦ごはん 肉じゃが アーモンド和え もずくスープ チョコケーキ 牛乳	牛乳 牛肉 豆腐 もずく	米 麦 砂糖 油 ごま しらたき じゃがいも アーモンド ケーキ	人参 玉ねぎ ねぎ 絹さや えのきたけ ほうれん草 小松菜 キャベツ	629 772
7	火	わかめごはん ミニコロッケ チャプチェ 豚汁 アイスクリーム 牛乳	牛乳 牛ミンチ 豚肉 豆腐 みそ わかめ アイスクリーム	米 里いも 砂糖 春雨 油 ミニコロッケ	人参 なら ねぎ 玉ねぎ にんにく エリンギ 大根 ごぼう 白菜	654 815
8	水	赤飯 鶏の唐揚げ キャベツとわかめの酢の物 ラビオリ入りスープ いちご 牛乳	牛乳 鶏肉 小豆 わかめ	米 もち米 砂糖 油 ラビオリ	人参 玉ねぎ しょうが キャベツ いちご	670 804
9	木	ちゃんぽん ぎょうざ 南瓜と胡瓜のサラダ 菓立ちゼリー 牛乳	牛乳 豚肉 えび いか かまぼこ 天ぷら ぎょうざ	ちゃんぽん麺 砂糖 油 マヨネーズ ゼリー	玉ねぎ 人参 胡瓜 南瓜 ねぎ もやし キャベツ	567 732
10	金	そつぎょうしき 卒業式				
13	月	麦ごはん 厚焼きオムレツ 五色きんぴら キャベツとベーコンのスープ ヨーグルト 牛乳	牛乳 卵 おから ベーコン ヨーグルト	米 麦 砂糖 油 ごま	人参 玉ねぎ キャベツ れん根 コーン ごぼう きくらげ セロリ	610 755
14	火	カレーライス 海藻サラダ コンソメスープ 牛乳	牛乳 牛肉 海藻ミックス ベーコン	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 玉ねぎ えのきたけ 胡瓜 レモン	619 784
15	水	麦ごはん ホキのじゃがいも 衣焼き 干草和え 豆腐のみそ汁 プリン 牛乳	牛乳 ホキ切り身 いか 豆腐 みそ 油揚げ プリン	米 麦 砂糖 バター ごま じゃがいも	人参 玉ねぎ キャベツ ほうれん草 ねぎ	629 754
16	木	黒糖パン お好み焼き もやしとラッキョウの和え物 魚そうめん汁 牛乳	牛乳 豚肉 いか天 えび わかめ 卵 青のり 魚そうめん	黒糖パン 小麦粉 マヨネーズ 油	キャベツ ねぎ もやし 胡瓜 椎茸	608 811
17	金	麦ごはん 鶏の付け焼きソース味 春雨の中華和え パスタスープ バナナ 牛乳	牛乳 鶏肉 卵 ベーコン	米 麦 砂糖 ごま カットスパ 油 春雨	人参 胡瓜 キャベツ 玉ねぎ バナナ	608 740
20	月	しゅうりょうしき 修了式				

栄養価は上段が小学部、下段が中学部です