

5 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 献 立 名	おも ざい りょう たい ない なたら 主 な 材 料 と 体 内 で の 働 き			エネルギー (キロカロリー)
			ち にく 血や肉のもとになる あかい (赤色)	ねつ ちから 熱や力のもとになる きいろ (黄色)	からだ ちようし ととの 体の調子を整える (緑色)	
8	げつ 月	むぎ 麦ごはん ミニたい焼き さけ 鮭のマヨネーズ焼き 汁ビーフン キャベツとたけのこのごまサラダ 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 さけき 鮭切り身	こめ 米 むぎ 麦 あぶら 油 さとう 砂糖 ビーフン マヨネーズ ごま たい焼き	にんじん 人参 ねぎ セロリー キャベツ たけのこ 椎茸	611 729
9	か 火	ピースごはん ぎゅうにく 牛肉コロケ ほうれん草 とじゃこのサラダ クラムチャウダー 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 ぎゅう 牛ミンチ あさり 白す干し ベーコン	こめ 米 もち米 バター じゃがいも こむぎこ 小麦粉 あぶら 油	にんじん 人参 たま 玉ねぎ ほうれん草 グリーンピース	634 771
10	すい 水	むぎ 麦ごはん さばの蒲焼き じゃがいもの土佐煮 あぶら 揚げのみそ汁 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 さば 切り身 かつお節 みそ わかめ 揚げ	こめ 米 むぎ 麦 じゃがいも さとう 砂糖	ねぎ キャベツ	614 741
11	もく 木	ミートソーススパゲッティ アスパラとコーンのソテー わかめスープ 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 ぎゅう 牛豚ミンチ ベーコン チーズ わかめ	スパゲッティ 油 さとう 砂糖 ごま バター	にんじん 人参 トマト アスパラガス たま 玉ねぎ にんにく しょうが グリンピース コーン	556 700
12	きん 金	むぎ 麦ごはん 豚肉の生姜焼き こまつな 小松菜と切干大根の和え物 はんぺん汁 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 ぶたにく 豚肉 わかめ しら 白す干し はんぺん	こめ 米 むぎ 麦 あぶら 油 さとう 砂糖	こまつな 小松菜 きりぼだいこん 切干大根 み 三つ葉 しょうが	556 708
15	げつ 月	むぎ 麦ごはん 竹輪の二色揚げ(菁のり・カレー) こんにやくと野菜のソテー かき玉汁 八女茶ムース 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 ぶたにく 豚肉 ちくわ 竹輪 あお 青のり かまぼこ ベーコン 八女茶ムース	こめ 米 むぎ 麦 あぶら 油 さとう 砂糖 こむぎこ 小麦粉 こんにやく	にんじん 人参 ねぎ こまつな 小松菜 しょうが	617 747
16	か 火	コムチエン(チャーハン) はるま 春巻き キャベツとコーンのサラダ フォー・ガー 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 や 焼き豚 たまご 卵 とり 鶏肉	こめ 米 あぶら 油 さとう 砂糖 ごま はるま 春巻き ひらめん 平麺ビーフン	ねぎ チンゲン菜 レタス キャベツ コーン もやし	639 772
17	すい 水	むぎ 麦ごはん ホキのオーロラソース フライドポテト キャベツのゆかり和え レタスとわかめのスープ 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 ホキ 切り身 わかめ ベーコン	こめ 米 むぎ 麦 あぶら 油 さとう 砂糖 こむぎこ 小麦粉 じゃがいも マヨネーズ	にんじん 人参 たま 玉ねぎ レタス 赤しそ みかんジュース	606 729
18	もく 木	こくとう 黒糖食パン ハムエッグ マセドアンサラダ ラビオリ入りスープ 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 ハム たまご 卵 ベーコン	こくとう 黒糖パン あぶら 油 ラビオリ じゃがいも マヨネーズ	にんじん 人参 きゅうり 胡瓜 キャベツ コーン たま 玉ねぎ	572 699
19	きん 金	むぎ 麦ごはん ささみのピカタ きんぴらごぼう とうふ 豆腐のみそ汁 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 とり 鶏ささみ てんぷら 豆腐 たまご 卵 チーズ 揚げ みそ	こめ 米 むぎ 麦 こむぎこ 小麦粉 ごま さとう 砂糖 しらたき	たま 玉ねぎ ごぼう 人参 いんげん	553 696
20	ど 土	うんどうかい 運動会	※12時下校の予定 給食はありません			
22	げつ 月	ふりかえきゅうぎょうび 振替休業日(5/20)				
23	か 火	カレーライス(鶏) ほうれん草のごま和え みかんジュース コンソメスープ 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 とり 鶏肉 チーズ	こめ 米 むぎ 麦 さとう 砂糖 ごま じゃがいも	しょうが 生姜 ほうれん草 たま 玉ねぎ 人参 キャベツ 胡瓜 にんにく トマト しょうが みかんジュース	618 761
24	すい 水	むぎ 麦ごはん とうふ 豆腐の中華煮 ブロッコリーとかにかまのサラダ そうめんのすまし汁 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 うずら たまご 卵 とうふ 豆腐 ぶたにく 豚肉 わかめ かにかま	こめ 米 むぎ 麦 はるさめ さとう 砂糖 そうめん マヨネーズ	にんじん 人参 チンゲン菜 ブロッコリー ねぎ はくさい 白菜 椎茸 たけのこ にんにく たま 玉ねぎ	555 698
25	もく 木	具うどん えびの天ぷら じゃがいもの中華和え フルーツヨーグルト 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 とり 鶏肉 あぶら 揚げ えび天ぷら ヨーグルト	うどん麺 じゃがいも さとう 砂糖 あぶら 油	ねぎ 人参 青しそ 椎茸 胡瓜 たけのこ みかん缶 パイン缶 もも缶 バナナ	531 686
26	きん 金	むぎ 麦ごはん やまにく 焼肉風煮 海藻サラダ わかめのみそ汁 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 ぎゅう 牛肉 みそ あぶら 揚げ 海藻ミックス わかめ	こめ 米 むぎ 麦 さとう 砂糖 ごま	キャベツ 人参 ピーマン ねぎ しょうが にんにく 玉ねぎ 胡瓜 レモン	563 708

29	げつ 月	むぎ 麦ごはん やながわふうじ 柳川風煮 春雨と胡瓜の酢の物 うお 魚そうめん汁 牛乳	ぎゅうにゅう あぶら たまご 牛乳 油揚げ卵 ぶたにく わかめ	こめ むぎ あぶら はるさめ 米 麦 油 春雨	み ば にんじん 三つ葉 人参 しょうが ねぎ ごぼう 胡瓜 椎茸	529 663
30	か 火	ハムの混ぜごはん シイラフライ ブロッコリーのミモザサラダ オニオンスープ 牛乳	ぎゅうにゅう たまご 牛乳 卵 シイラ切り身	こめ あぶら 米 油 アーモンド マヨネーズ バター ごま	あお 青しそ ブロッコリー セロリー たま 玉ねぎ	585 714
31	すい 水	むぎ 麦ごはん あつあ 厚揚げの肉みそかけ ちくわ 竹輪のすまし汁 まめ 豆とポテトのサラダ ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう て ぼまめ 牛乳 手亡豆 あつあ 厚揚げ ツナ ちくわ 竹輪	こめ むぎ あぶら 米 麦 油 じゃがいも マヨネーズ	にんじん こまつな 人参 小松菜 ねぎ しょうが たま グリンピース えのき 玉ねぎ	611 773

えいようか しょうだん 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