

# 4 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	こん献 だて立 めい名	おも主 ざい材 りよう料 とたい ない体内 でのの はたら働 き			エネルギー (キロカ ロリー)
			ちにくもと あかい 血や肉の基になる(赤色)	ねつちから もと まいる 熱や力の基になる(黄色)	からだ ちようし ととの みどりいろ 体の調子を整える(緑色)	
11	か火	カレーライス すき昆布のサラダ コンソメスープ 牛乳	ぎゅうにゅう ぎゅうにく たまご 牛乳 牛肉 卵 すき昆布 ベーコン	こめ むぎ さとう あぶら 米 麦 砂糖 油 じゃがいも カレールウ	にんじん たまご 人参 玉ねぎ にんにく しょうが きゅうり 胡瓜	597 754
12	すい水	麦ごはん 赤魚のムニエル 野菜炒め コーンポタージュ いちご 牛乳	ぎゅうにゅう あかうおき み 牛乳 赤魚切り身 ベーコン	こめ むぎ あぶら 米 麦 油 パター 小麦粉	にんじん 人参 ピーマン もやし キャベツ たまご 玉ねぎ コーン いちご	547 681
13	もく木	動物ミルクパン 豆腐のみそ汁 オムレツのデミグラスソース 春雨のチキンサラダ プリン 牛乳	ぎゅうにゅう とりにく 牛乳 鶏肉 たまご 卵 わかめ みそ プリン	ミルクパン 砂糖 あぶら バター マーガリン はるさめ 春雨	にんじん 人参 ねぎ きゅうり たまご ほうれん草 マッシュルーム	541 662
14	きん金	麦ごはん ミートローフ 糸寒天のサラダ にらともやしの中華スープ 牛乳	ぎゅうにゅう ぎゅう ぶた 牛乳 牛・豚ミンチ たまご 卵 ハム 糸寒天	こめ むぎ さとう パンこ 米 麦 砂糖 パン粉 あぶら 油	にんじん 人参 オクラ たまご セロリー きゅうり にら もやし 椎茸 胡瓜	571 719
17	げつ月	麦ごはん 厚揚げの炒め煮 ポテトサラダ アスパラスープ 牛乳	ぎゅうにゅう あつあ ぶたにく 牛乳 厚揚げ 豚肉 さくらえび ハム	こめ むぎ さとう あぶら 米 麦 砂糖 油 じゃがいも マヨネーズ	にんじん 人参 チンゲン菜 アスパラ ねぎ たまご 玉ねぎ 椎茸 きゅうり 胡瓜 絹さや たけのこ	596 753
18	か火	たけのこごはん さばのみぞれ煮 ほうれん草とコーンのソテー わかめのみそ汁 牛乳	ぎゅうにゅう さば みそ 牛乳 さば みそ わかめ	こめ むぎ あぶら 米 麦 油 ごま じゃがいも 砂糖 しらたき	ねぎ たまご ねぎ 玉ねぎ たけのこ ほうれん草 だいこん 大根 コーン	598 720
19	すい水	麦ごはん 肉じゃが ブロッコリーのおかか和え もずくスープ 牛乳	ぎゅうにゅう とうふ ぎゅうにく 牛乳 豆腐 牛肉 もずく かつお節	こめ むぎ あぶら 米 麦 油 ごま じゃがいも 砂糖 しらたき	ねぎ にんじん たまご ねぎ 人参 玉ねぎ ブロッコリー こまつな 小松菜 絹さや	549 689
20	もく木	焼きそば 大根のアーモンド和え 中華つくねのスープ ヨーグルト 牛乳	ぎゅうにゅう ぶたにく あお 牛乳 豚肉 青のり たまご 卵 てんぷら つくね かつお節 ヨーグルト いか	ちゃんぽん 麺 砂糖 あぶら アーモンド	もやし ねぎ にんじん しいたけ だいこん 大根 人参 椎茸 キャベツ	586 713
21	きん金	麦ごはん ささみのレモン煮 マセドアンサラダ かき玉汁 みかんジュース 牛乳	ぎゅうにゅう とり 牛乳 鶏ささみ たまご ハム 卵 かまぼこ	こめ むぎ あぶら さとう 米 麦 油 砂糖 マヨネーズ じゃがいも	にんじん きゅうり 人参 胡瓜 ねぎ グリンピース みかんジュース	598 730
24	げつ月	麦ごはん かにかま入りオムレツのあんかけ スパゲッティサラダ 若竹汁 牛乳	ぎゅうにゅう かにかま 牛乳 かにかま たまご 卵 わかめ ハム	こめ むぎ あぶら さとう 米 麦 油 砂糖 マヨネーズ じゃがいも スパゲッティ	にんじん 人参 ねぎ きゅうり たまご たけのこ 椎茸 胡瓜 玉ねぎ	554 697
25	か火	かてめし(混ぜごはん) ゼリーフライ ねぎぬた 豆腐汁 さつまポテト 牛乳	ぎゅうにゅう おから とうふ 牛乳 おから 豆腐 かにかま みそ	こめ むぎ あぶら さとう 米 麦 油 砂糖 じゃがいも ごま さつまポテト	にんじん 人参 ねぎ たまご こまつな ごぼう 椎茸 いんげん 小松菜	597 731
26	すい水	麦ごはん 豚肉のおろしポン酢焼き 切干大根の炒り煮 じゃがいものみそ汁 牛乳	ぎゅうにゅう ぶたにく ぎゅうにく 牛乳 豚肉 みそ チーズ 油揚げ	こめ むぎ あぶら さとう 米 麦 油 砂糖 じゃがいも	にんじん 人参 にら しょうが ねぎ 大根 きりぼしだいこん 切干大根 椎茸	627 794
27	もく木	食パン マーガリン 肉団子の甘酢あんかけ フレンチサラダ ガーリックスープ 牛乳	ぎゅうにゅう たまご 牛乳 卵 ベーコン ミートボール	しよく あぶら さとう 食パン 油 砂糖 マーガリン じゃがいも バゲット	にんじん きゅうり たまご 人参 胡瓜 玉ねぎ キャベツ にんにく	566 739
28	きん金	麦ごはん ホキのマヨネーズ焼き ほうれん草のごま和え ポテトスープ 牛乳	ぎゅうにゅう ベーコン 牛乳 ベーコン ホキ切り身 油揚げ	こめ むぎ あぶら さとう 米 麦 油 砂糖 じゃがいも マヨネーズ	にんじん 人参 ピーマン 小松菜 ブロッコリー セロリー マッシュルーム たまご しめじ 玉ねぎ	569 711
29	ど土	麦ごはん あじごまフライ チャプチェ もやしのみそ汁 ムース 牛乳	ぎゅうにゅう ぎゅう 牛乳 牛ミンチ あじ切り身 わかめ ムース	こめ むぎ あぶら さとう 米 麦 油 砂糖 はるさめ 春雨	にんじん 人参 ねぎ たまご にら 人参 ねぎ 玉ねぎ にんにく エリンギ もやし	644 788

栄養価は上段が小学部、下段が中学部です