

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 献 立 名	おも 主 な 材 料 と 体 内 での 働 き			エネルギー (キロカ ロリー)
			ち 血や肉のもとになる あかいろ (赤色)	ねつ 熱や力のもとになる きいろ (黄色)	からだ 体の調子を整える みどりいろ (緑色)	
1	すい 水	むぎ 麦ごはん さばの蒲焼き 小松菜としらたきの煮びたし たまご 玉ねぎのみそ汁 八女茶ムース 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 さば切り身 油揚げ わかめ みそ 八女茶ムース	こめ むぎ あぶら さとう 米 麦 油 砂糖	にんじん たまご 人参 ねぎ 玉ねぎ 小松菜	624 753
2	もく 木	こくとう 黒糖ねじりパン ハムエッグ ブロッコリーとかにかまのサラダ い ラビオリ入りスープ 牛乳	ぎゅうにゅう たまご 牛乳 ハム 卵 ベーコン かにかま	こくとう 黒糖パン ラビオリ マヨネーズ	にんじん 人参 キャベツ ブロッコリー たまご 玉ねぎ	525 650
3	きん 金	けんぼうきねん び 憲法記念日				
6	げつ 月	ふりかえきゆうじつ 振替休日				
7	か 火	ピースごはん ぎゅうにく 牛肉コロッケ ほうれん草とじゃこのサラダ あつあつ 厚揚げのみそ汁 ミニたい焼き 牛乳	ぎゅうにゅう ぎゅう 牛乳 牛ミンチ しら ぼ 厚揚げ みそ わかめ	こめ もち米 じゃがいも こむぎこ あぶら 小麦粉 油 たい焼き	にんじん たまご 人参 玉ねぎ ほうれん草 ねぎ グリーンピース	616 729
8	すい 水	むぎ 麦ごはん 鶏の唐揚げ こまつな きりぼしだいこん 小松菜と切干大根の和え物 ぎゅうにゅう チキンヌードルスープ 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 とりにく しら ぼ 鶏肉 白す干し	こめ むぎ さとう 米 麦 砂糖 ひらめん 平麺ビーフン	しょうが こまつな きりぼしだいこん たまご しょうが 小松菜 切干大根 玉ねぎ	628 751
9	もく 木	や 焼きそば しゅうまい コールスローサラダ わかめスープ みかんジュース 牛乳	ぎゅうにゅう ぶたにく 牛乳 豚肉 いか てんぷら 卵 青のり かつお節 わかめ	ちゅうかめん あぶら 中華麺 油 ごま	にんじん たまご 人参 玉ねぎ ねぎ キャベツ もやし きゅうり 胡瓜 レモン みかんジュース	558 691
10	きん 金	むぎ 麦ごはん 豚肉のおろしポン酢焼き しんたまご 新玉ねぎの卵 とじ 枝豆とコーンのスープ ぎゅうにゅう アセロラゼリー 牛乳	ぎゅうにゅう ぶたにく 牛乳 豚肉 たまご チーズ 卵	こめ むぎ あぶら さとう 米 麦 油 砂糖	しょうが だいこん しょうが 大根 なら 玉ねぎ ねぎ えだまめ 枝豆 コーン	616 766
13	げつ 月	むぎ 麦ごはん あじフライ 菜の花の辛し和え いわしのつみれ汁 ヨーグルト 牛乳	ぎゅうにゅう ぎゅう 牛乳 あじ切り身 いわし みそ 卵 ヨーグルト	こめ むぎ あぶら さとう 米 麦 油 砂糖 こむぎこ 小麦粉 こんにやく	にんじん たまご 人参 ねぎ ごぼう しょうが な はな 菜の花	584 710
14	か 火	さんしよくどんぶり とり 三色丼 (鶏そぼろ・卵そぼろ・ほうれん草) だいこん 大根とツナのサラダ はるさめじゅう 春雨汁 牛乳	ぎゅうにゅう たまご 牛乳 卵 ツナ とり 鶏ミンチ かまぼこ	こめ あぶら さとう 米 油 砂糖 ごま はるさめ 春雨 ツナ マヨネーズ	ほうれん草 だいこん み ぼ ほうれん草 大根 三つ葉 人参 胡瓜 ねぎ しょうが	561 705
15	すい 水	むぎ 麦ごはん 豆腐入りハンバーグきのこソース じゃがいもの土佐煮 ならたまご にら玉スープ 牛乳	ぎゅうにゅう ぎゅう ぶた 牛乳 牛・豚ミンチ たまご 卵 かつお節 豆腐	こめ むぎ あぶら さとう 米 麦 油 砂糖 こむぎこ 小麦粉 じゃがいも	にんじん たまご 人参 玉ねぎ えのき しめじ なら きくらげ 椎茸 なら	566 713
16	もく 木	コッペパン マーガリン ホキのじゃがいも衣焼き マカロニサラダ チンゲン菜のスープ 牛乳	ぎゅうにゅう ハム とりにく 牛乳 ハム 鶏肉 ホキ切り身	コッペパン バター マーガリン じゃがいも マヨネーズ マカロニ	にんじん きゅうり 人参 胡瓜 チンゲン菜 コーン たまご 玉ねぎ きくらげ レモン	535 664
17	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 とり 牛乳 鶏ささみ とうふ たまご てんぷら 豆腐 卵 チーズ あぶら 油揚げ みそ	こめ むぎ こむぎこ 米 麦 小麦粉 ごま さとう 砂糖 しらたき	たまご 玉ねぎ ごぼう 人参 いんげん ねぎ	552 694
18	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			
20	げつ 月	ふりかえきゆうぎょう び 振替休業日 (5/18)				
21	か 火	キーマカレーライス フライドポテト キャベツのゆかり和え コンソメスープ 牛乳	ぎゅうにゅう ぎゅう ぶた 牛乳 牛・豚ミンチ	こめ むぎ さとう 米 麦 砂糖 カレールー じゃがいも	たまご にんじん 玉ねぎ 人参 セロリー キャベツ にんにく トマト しょうが 赤しそ	635 805

22	水	麦ごはん 豆腐の中華煮 米粉の春巻き にとにかまのスープ 牛乳	牛乳 豆腐 豚肉	米 麦 砂糖 春巻き	人参 チンゲン菜 にはら 白菜 椎茸 たけのこ にんにく たま 玉ねぎ	612 773
23	木	貝うどん 野菜かき揚げ じゃがいもの中華和え フルーツヨーグルト 牛乳	牛乳 鶏肉 かまぼこ 油揚げ ヨーグルト	うどん 麺 じゃがいも 砂糖 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 野菜かき揚げ	541 642
24	金	麦ごはん がめ煮 アスパラとコーンのソテー もやしのみそ汁 牛乳	牛乳 牛肉 みそ 油揚げ 海藻ミックス わかめ	米 麦 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	568 716
27	月	麦ごはん 柳川風煮 豆とソーセージのサラダ 魚そうめん汁 牛乳	牛乳 油揚げ 卵 豚肉 魚そうめん カマ いんげん豆 ウイナー	米 麦 油 砂糖	み 三つ葉 ねぎ いんげん ごぼう 椎茸	616 780
28	火	ハムの混ぜごはん あじのコーン焼き キャベツと昆布の甘酢和え わかめのみそ汁 牛乳	牛乳 わかめ みそ あじ切り身 油揚げ 昆布 青のり 白す干し 昆布	米 油 砂糖	青しそ コーン キャベツ ねぎ たま 玉ねぎ	559 700
29	水	麦ごはん 鶏の松風焼き 春雨と胡瓜の酢の物 竹輪のすまし汁 牛乳	牛乳 鶏ミンチ みそ わかめ 竹輪	米 麦 油 春雨 ごま	人参 たま 玉ねぎ しょうが 胡瓜 えのき ピーマン きくらげ	557 701
30	木	胚芽食パン はちみつマーガリン 赤魚のムニエル もやしとハムの和え物 汁ビーフン みかんジュース 牛乳	牛乳 赤魚切り身 ハム	胚芽パン 油 バター はちみつマーガリン 小麦粉 ビーフン ごま	人参 胡瓜 キャベツ コーン ねぎ 椎茸 みかんジュース もやし	565 697
31	金	麦ごはん 焼肉風煮 海藻サラダ レタスのスープ 牛乳	牛乳 牛肉 みそ 海藻ミックス ペーコン	米 麦 砂糖 ごま	玉ねぎ 人参 しょうが ピーマン にんにく りんご ごぼう 胡瓜 椎茸 レタス レモン	531 666

栄養価は上段が小学部、下段が中学部です

# 5 が つ こ ん だ て ひ ょ う

福岡県立川崎特別支援学校

月(げつ)	火(か)	水(すい)	木(もく)	金(きん)
		1 やめちやムース こまつなとしらたきのにびたし 牛乳 さばのかぼやき むぎごはん たまねぎのみそしる	2 ブロッコリーとかにかまのサラダ 牛乳 ハムエッグ ことうねじりパン ラビオリイリスープ	3 けんぼうきねんび
6 ふりかえきゅうじつ	7 ミニたいやき ほうれんそうとじゃこのサラダ 牛乳 ぎゅうにくコロッケ ピースごはん あつあげのみそしる	8 こまつなときりぼしだいごんのあえもの 牛乳 とりのからあげ むぎごはん チキンヌードルスープ	9 コールスローサラダ 牛乳 みかんジュース しゅうまい やきそば わかめスープ	10 アセロラゼリー 牛乳 ぶたにくのおろしポンずやき しんたまねぎのたまごじ むぎごはん えだめとコーンのスープ
13 きょうどりより「ちばけん」 ヨーグルト なのはなのからしあえ 牛乳 あじフライ むぎごはん いわしのつみれじる	14 だいごんとツナのサラダ 牛乳 さんしよくどんぶり(とりそぼろ・たまごそぼろ・ほうれんそう) はるさめじる	15 じゃがいものときに 牛乳 とうふいりハンバーグきのこソース むぎごはん にらたまスープ	16 マカロニサラダ 牛乳 ホキのじゃがいもころもやき コッペパン マーガリン チンゲンさいのスープ	17 牛乳 きんぴらごぼう ささみのピカタ むぎごはん とうふのみそしる
20 ふりかえきゅうぎょうび(5/18)	21 フライドポテト 牛乳 キャベツのゆかりあえ キーマカレーライス コンソメスープ	22 牛乳 こめこのはるまき とうふのちゅうかに むぎごはん にらとかにかまのスープ	23 牛乳 じゃがいものちゅうかあえ ぐうどん フルーツヨーグルト やさいかきあげ	24 牛乳 アスパラとコーンのソテー がめに むぎごはん もやしのみそしる
27 牛乳 まめとソーセージのサラダ やながわふうに むぎごはん うおそうめんじる	28 牛乳 キャベツとこんぶのあまずあえ ハムのまぜごはん わかめのみそしる あじのコーンやき	29 牛乳 はるさめときゅうりのすのもの とりのまつかぜやき むぎごはん ちくわのすましじる	30 みかんジュース 牛乳 はちみつ もやしとハムのあえもの あかうおのムニエル はいがしよくパンマーガリン しるビーフン	31 牛乳 かいそうサラダ やきにくふうに むぎごはん レタスのスープ