

7 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 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 (赤色)	ねつ 熱や力のもとになる (黄色)	からだ 体の調子を整える(緑色)	
1	げつ 月	むぎ 麦ごはん ホキのムニエルオーロラソース スナップエンドウとコーンのソテー ひよこ豆のスープ みかんジュース 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 ホキ切り身 ひよこ豆	こめ むぎ あぶら さとう 米 麦 油 砂糖 こむぎこ 小麦粉 バター マヨネーズ	にんじん たま 人参 玉ねぎ スナップエンドウ コーン みかんジュース	592 711
2	か 火	うな玉 井 ツナごぼうサラダ 豆腐のみそ汁 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 うなぎ みそ たまご 豆腐 あぶら 油揚げ ツナ	こめ むぎ 米 麦 マヨネーズ ごま	にんじん たま 人参 玉ねぎ ごぼう ねぎ きゅうり 胡瓜	598 755
3	すい 水	むぎ 麦ごはん タンドリーチキン カラフルピーマンのごま和え 汁ピーマン 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 ヨーグルト とりにく 鶏肉	こめ むぎ あぶら 米 麦 油 さとう ビーフン	にんじん 人参 ねぎ しょうが にんにく ピーマン 黄ピーマン 赤ピーマン キャベツ 椎茸 レモン	523 648
4	もく 木	にく 肉うどん 金時豆コロッケ 竹輪のみそマヨネーズ和え ほうれん草ムース 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 牛肉 竹輪 かまぼこ 金時豆 ほうれん草ムース みそ	うどんめん コロッケ油 マヨネーズ 砂糖	ねぎ にんじん きゅうり たま ねぎ 人参 胡瓜 玉ねぎ	613 701
5	きん 金	むぎ 麦ごはん えびとなすのチリソース しらすと胡瓜のポン酢サラダ 春雨汁 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 えび しらす ぼ わかめ かまぼこ	こめ むぎ あぶら さとう 米 麦 油 砂糖 はるさめ 春雨 ごま	にんじん たま 人参 玉ねぎ にんにく しめじ 胡瓜 しいたけ しょうが み 三つ葉 なす 椎茸	560 705
8	げつ 月	むぎ 麦ごはん ミニメンチカツ ゆで野菜のごまマヨ和え ワンタンスープ 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 メンチカツ みそ	こめ むぎ さとう 米 麦 砂糖 ごま さしみこんにやく マヨネーズ ワンタン	にんじん 人参 なら オクラ ブロッコリー きゅうり 胡瓜 なす 椎茸	575 691
9	か 火	たご たご飯 こいわしの南蛮漬 煮ごめ 竹輪のすまし汁 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 しわし たご あぶら 油揚げ 竹輪 あずき 小豆	こめ さとう あぶら 米 砂糖 油 里いも こんにやく	にんじん 人参 ねぎ 玉ねぎ 大根 しいたけ 椎茸 れん根 えのき キャベツ	524 656
10	すい 水	むぎ 麦ごはん 鶏の唐揚げ ポテトサラダ かき玉汁 みかんシャーベット 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 鶏肉 かまぼこ ハム 卵	こめ むぎ 米 麦 じゃがいも 油 マヨネーズ	にんじん 人参 ねぎ しょうが 胡瓜 玉ねぎ みかんシャーベット	692 811
11	もく 木	きゃろ キャロットパン あじごまフライ 切干大根ともやしのサラダ 白いんげん豆のスープ 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 あじ切り身 しろ 白いんげん豆	きゃろ キャロットパン 油 ごま	たま 玉ねぎ もやし 人参 ほうれん草 きりぼしだいこん 切干大根	577 714
12	きん 金	がぱ ガパオライス 目玉焼き 野菜たっぷりスープ アップルコンポート 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 卵 ベーコン 牛ミンチ	こめ あぶら 米 油	た バジル 玉ねぎ 人参 ピーマン あか 赤ピーマン いんげん キャベツ かぶ にんにく アップルコンポート	567 680
15	げつ 月	うみ 海の日				
16	か 火	カレーライス 海藻サラダ コンソメスープ 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 牛肉 かいそう 海藻ミックス ベーコン	こめ むぎ 米 麦 じゃがいも さとう 砂糖 油 カレールウ	しょうが たま しょうが 玉ねぎ 人参 胡瓜 レモン キャベツ にんにく	586 739
17	すい 水	むぎ 麦ごはん 豚肉のおろしポン酢焼き ゴーヤチャンプルー もやしのみそ汁 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 豚肉 チーズ とうふ 豆腐 みそ わかめ	こめ むぎ 米 麦	にんじん 人参 なら ゴーヤ もやし エリンギ だいこん 大根 なす しょうが	550 692
18	もく 木	ミートソースパグッティ コールスローサラダ 洋風かき玉汁 ムース 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 牛・豚ミンチ たまご 卵 ベーコン ムース	スパゲッティ 砂糖 油	しょうが にんにく たま しょうが にんにく 玉ねぎ 人参 キャベツ 胡瓜 レモン レタス グリーンピース	618 760
19	きん 金	がっ がっしゅうぎょうしき 1学期終業式				

栄養面は上段が小学部、下段が中学部です

7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)
<p>1</p> <p>スナッグエンドウとコーンのソテー ホキのムニエルオーロソース むぎごはん ひよこまめのスープ</p>	<p>2</p> <p>ツナごぼうサラダ うなたまごんぶり とうふのみそしる</p>	<p>3</p> <p>カラフルピーマンのごまあえ タンドリーチキン むぎごはん しるビーフン</p>	<p>4</p> <p>ほうれんそうムース ちくわのみそマヨネーズあえ にくうどん きんときまめコロケ</p>	<p>5</p> <p>しらすときゅうりのポン酢サラダ えびとなすのチリソース むぎごはん はるさめじる</p>
<p>8</p> <p>ゆでやさいのごまマヨあえ ミニメンチカツ むぎごはん ワンタンスープ</p>	<p>9</p> <p>きょうどりより「ひろしまけん」 にごめ こいわのなんばんづけ たこめし ちくわのすましる</p>	<p>10</p> <p>しょうがくぶ 3ねんのリクエストこんだて みかんシャベット ポテトサラダ とりのからあげ むぎごはん かきたまじる</p>	<p>11</p> <p>きりほしだいこんともやしのサラダ あじごまフライ キャロットパン しろいんげんまめのスープ</p>	<p>12</p> <p>アップルコンポート めだまやきのせる ガバオライス(ごはん・バジルいため) やさいたつぶりスープ</p>
<p>15</p> <p>うみのひ</p>	<p>16</p> <p>かいそうサラダ カレーライス コンソメスープ</p>	<p>17</p> <p>ゴーマチャンブルー ぶたにくのおろしポンずやき むぎごはん もやしのみそしる</p>	<p>18</p> <p>ムース コールスローサラダ ミートソーススパゲッティ ようふうかきたまじる</p>	<p>18</p> <p>1がっき しゅうぎょうしき</p>