

5 月 分 学 校 給 食 献 立 表

福岡県立川崎特別支援学校

















日	曜	献立名	主な材料と体内での働き			エネルギー (キロカロリー)
			血や肉のもとになる (赤色)	熱や力のもとになる (黄色)	体の調子を整える (緑色)	
1	金	麦ごはん ホキのじゃが芋衣焼き 八女茶ムース アスパラとコーンのソテー 汁ビーフン 牛乳	牛乳 ホキ切り身 八女茶ムース	米 麦 じゃがいも バター ビーフン	アスパラガス コーン 人参 キャベツ ねぎ 椎茸	588 683
4	月	みどりの日				
5	火	こどもの日				
6	水	振替休日				
7	木	ミートソーススパゲッティ フレンチサラダ かにかま入りスープ ミニたい焼 牛乳	牛乳 牛・豚ミンチ チーズ かにかま	スパゲッティ 油 砂糖 たい焼	人参 玉ねぎ にんにく しょうが グリーンピース きゅうり 椎茸 キャベツ チンゲン菜	581 715
8	金	麦ごはん 豚肉のおろしポン酢焼き 切干大根の昆布和え 枝豆とコーンの卵スープ 牛乳	牛乳 豚肉 チーズ 昆布 卵	米 麦 ごま 油	しょうが 大根 なら 切干大根 きゅうり 枝豆むき身 コーン	607 746
11	月	麦ごはん 赤魚の煮付け ごぼうの煮付け カレー風味サラダ 玉ねぎのみそ汁 牛乳	牛乳 赤魚 いか わかめ みそ	米 麦 砂糖 小麦粉 油	しょうが ごぼう 玉ねぎ 人参 ピーマン きゅうり ねぎ	602 738
12	火	ハムの混ぜごはん あじのコーン焼き じゃがいもの土佐煮 チンゲン菜のスープ 牛乳	牛乳 あじ 青のり かつお節 鶏肉 ハム	米 ごま 小麦粉 油 マヨネーズ じゃがいも	青しそ コーン チンゲン菜 人参 きくらげ	570 716
13	水	麦ごはん 金時豆コロケ 大根とツナのサラダ ガーリックスープ 牛乳	牛乳 ベーコン 卵 ツナ	米 麦 マヨネーズ コロケ 油 砂糖 フランスパン	人参 大根 きゅうり ねぎ にんにく	587 685
14	木	コッペパン マーガリン 厚焼きオムレツ ケチャップソース 青菜と厚揚げの煮びたし ポテトスープ 牛乳	牛乳 卵 おから 厚揚げ	パン マーガリン 油 砂糖 じゃがいも	人参 玉ねぎ 小松菜 しいたけ	570 724
15	金	麦ごはん ホイコーロー ブロッコリーとかにかまのサラダ はんぺん汁 牛乳	牛乳 豚肉 みそ わかめ はんぺん かにかま	米 麦 油 砂糖 マヨネーズ	にんにく キャベツ ねぎ ピーマン ブロッコリー 玉ねぎ 三つ葉	579 710
18	月	麦ごはん 豆腐の中華煮 ほうれん草とコーンのソテー ラビオリ入りスープ 牛乳	牛乳 豆腐 豚肉 ベーコン	米 麦 油 砂糖 バター ラビオリ	人参 白菜 椎茸 たけのこ チンゲン菜 にんにく ほうれん草 コーン 玉ねぎ キャベツ	587 719
19	火	カレーライス キャベツのゆかり和え フライドポテト コンソメスープ 牛乳	牛肉 牛乳	米 麦 じゃがいも 砂糖 油	人参 玉ねぎ にんにく しょうが キャベツ 赤しそ	604 767
20	水	麦ごはん さばの蒲焼 ごぼうサラダ 魚そうめん汁 牛乳	牛乳 さば切り身 魚そうめん わかめ	米 麦 でん粉 油 砂糖	ごぼう 人参 きゅうり 椎茸 ねぎ	581 697
21	木	焼きそば コーンしゅうまい コールスローサラダ わかめスープ みかんジュース 牛乳	豚肉 いか てんぷら 卵 青のり かつお節 牛乳 シューマイ わかめ	中華麺 油 ごま	人参 ねぎ 玉ねぎ キャベツ もやし きゅうり レモン みかんジュース	600 703
22	金	麦ごはん 鶏の唐揚 竹輪のサラダ 厚揚げのみそ汁 牛乳	牛乳 鶏肉 竹輪 厚揚げ わかめ みそ	米 麦 小麦粉 油 ごま マヨネーズ 砂糖	しょうが キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ ねぎ	646 755
25	月	麦ごはん 焼肉風煮 糸寒天のサラダ もずくスープ 牛乳	牛乳 牛肉 みそ ハム 糸寒天 もずく 豆腐	米 麦 砂糖 ごま 油	玉ねぎ 人参 ピーマン しょうが にんにく りんご きゅうり セロリ 小松菜 ねぎ	568 694
26	火	高菜飯 れん根はさみ揚げ タイピーエン じゃがいもとブロッコリーの和え物 牛乳	牛乳 卵 しらす干し 豚肉 うずら卵	米 油 じゃがいも 春雨	高菜漬け れん根 玉ねぎ ブロッコリー 椎茸 ねぎ たけのこ しょうが	546 717
27	水	麦ごはん 柳川風煮 豆とソーセージのサラダ もやしのみそ汁 牛乳	牛乳 油揚げ 卵 豚肉 いんげん豆 わかめ ソーセージ みそ	米 麦 油 砂糖	三つ葉 ねぎ いんげん 人参 ごぼう 玉ねぎ もやし エリンギ	600 739

28	木	胚芽食パン はちみつマーガリン かぼちゃのミートソースグラタン 人参サラダ アスパラ汁 牛乳	牛乳 豚ミンチ チーズ ツナ	胚芽食パン 油 砂糖 はちみつマーガリン	人参 玉ねぎ アスパラガス かぼちゃ にんにく しめじ 三つ葉	574 744
29	金	麦ごはん シイラのバジル焼き こんにゃくと野菜のソテー チキンヌードルスープ みかんゼリー 牛乳	牛乳 シイラ切り身 豚肉 鶏肉	米 麦 油 ビーフン こんにゃく 砂糖 ゼリー	小松菜 人参 しょうが 玉ねぎ	600 699

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 よ 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>アスパラとコーンのソテー</p>  <p>牛乳</p>  <p>ホキのじゃがいも ころもやき</p>  <p>むぎごはん</p>  <p>しるビーフン</p>
<p>4</p> <p>みどりのひ</p>	<p>5</p> <p>こどものひ</p>	<p>6</p> <p>ふりかえきゅうじつ</p>	<p>7</p>  <p>フレンチサラダ</p>  <p>ミートソース スパゲッティ</p>  <p>ミニたいやき</p>  <p>牛乳</p>  <p>かにかまいり スープ</p>	<p>8</p>  <p>きりほしだいごんの こんぶあえ</p>  <p>牛乳</p>  <p>ぶたにくのおろし ポンずやき</p>  <p>むぎごはん</p>  <p>えだまめとコーンの たまごスープ</p>
<p>11</p>  <p>カレーふうみ サラダ</p>  <p>牛乳</p>  <p>あかうおのにつけ ごぼうのにつけ</p>  <p>むぎごはん</p>  <p>たまねぎのみそしる</p>	<p>12</p>  <p>じゃがいもの とさに</p>  <p>牛乳</p>  <p>あじのコーンやき</p>  <p>ハムのまぜごはん</p>  <p>チンゲンさいの スープ</p>	<p>13</p>  <p>だいごんとツナ のサラダ</p>  <p>牛乳</p>  <p>きんときまめ コロッケ</p>  <p>むぎごはん</p>  <p>ガーリックスープ</p>	<p>14</p>  <p>あおなとあつあげ のにびたし</p>  <p>牛乳</p>  <p>あつやきオムレツ ケチャップソース</p>  <p>コッパン</p>  <p>マーガリン</p>  <p>ポテトスープ</p>	<p>15</p>  <p>ブロッコリーと かにかまのサラダ</p>  <p>牛乳</p>  <p>ホイコーロー</p>  <p>むぎごはん</p>  <p>はんべんじる</p>
<p>18</p>  <p>ほうれんそうと コーンのソテー</p>  <p>牛乳</p>  <p>とうふのちゅうかに</p>  <p>むぎごはん</p>  <p>ラビオリいり スープ</p>	<p>19</p>  <p>キャベツの ゆかりあえ</p>  <p>牛乳</p>  <p>フライドポテト</p>  <p>カレーライス</p>  <p>コンソメスープ</p>	<p>20</p>  <p>ごぼうサラダ</p>  <p>牛乳</p>  <p>さばのかばやき</p>  <p>むぎごはん</p>  <p>うおそうめんじる</p>	<p>21</p>  <p>コールスロー サラダ</p>  <p>牛乳</p>  <p>コーンしゅうまい</p>  <p>やきそば</p>  <p>わかめスープ</p>	<p>22</p>  <p>ちくわのサラダ</p>  <p>牛乳</p>  <p>とりのからあげ</p>  <p>むぎごはん</p>  <p>あつあげのみそしる</p>
<p>25</p>  <p>いとかんてんの サラダ</p>  <p>牛乳</p>  <p>やきにくふうに</p>  <p>むぎごはん</p>  <p>もずくスープ</p>	<p>26</p> <p>きょうどりより「くまもとけん」</p>  <p>じゃがいもとブロッ コリーのあえもの</p>  <p>牛乳</p>  <p>れんごんはさみ あげ</p>  <p>たかなめし</p>  <p>タイピーエン</p>	<p>27</p>  <p>まめとソーセージ のサラダ</p>  <p>牛乳</p>  <p>やながわふうに</p>  <p>むぎごはん</p>  <p>もやしのみそしる</p>	<p>28</p>  <p>にんじんサラダ</p>  <p>牛乳</p>  <p>かぼちゃの ミートソースグラタン</p>  <p>はいがしよくん</p>  <p>マーガリン</p>  <p>アスパラじる</p>	<p>29</p>  <p>こんにゃくと やさいのソテー</p>  <p>牛乳</p>  <p>シイラのバジル やき</p>  <p>むぎごはん</p>  <p>チキンヌードル スープ</p>