

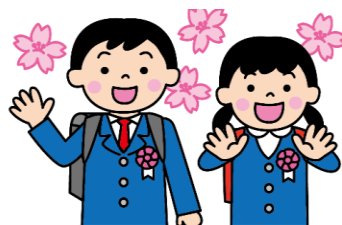


那須特別支援学校

日付	こんだてめい	あか	みどり	きいろ	エネルギー えんぶん	たんぱく質 脂質
		ちにく 血や肉になるもの	からだ ちゅうし 体の調子を整えるもの	ねつ ちから 熱や力になるもの		
10 (木)	ごはん 麻婆豆腐 春雨サラダ わかめスープ 型抜きチーズ	牛乳 豚ひき肉 とうふ みそ ハム わかめ 型抜きチーズ	生姜 にんにく ねぎ たけのこ 干ししいたけ にんじん キャベツ 黄ピーマン たまねぎ	こめ むぎ さとう ケチャップ 豆板醤 でん粉 サラダ油ごま油 はるさめ 中華ドレッシング	714 3.0	29.2 24.3
11 (金)	ごはん 鯖の香味焼き 切り干し大根の煮物 菜の花和え みそ汁	牛乳 あぶらあげ とうふ きんしたまご みそ	にんにく 切り干し大根 にんじん 干ししいたけ なのはな なめこ ねぎ	こめ むぎ 黒いりごま サラダ油 ざらめ糖 ごま油 さとう 白すりごま	727 2.6	33.3 24.1
14 (月)	ごはん 豚肉のにんにく炒め 大学芋 豆腐チゲスープ 韓国のり	牛乳 ぶた肉 豚ひき肉 とうふ みそ 韓国のり	生姜 にんにく たけのこ にんじん たまねぎ いんげん なら ねぎ はくさい 干ししいたけ	こめ むぎ カルピソース サラダ油 白いりごま さつま芋 黒いりごま キムチの素 大学芋たれ	744 2.4	33.1 20.9
15 (火)	チリコンカンライス チーズサラダ アセロラミルクゼリー	牛乳 牛ひき肉 豚ひき肉 ビーンズミックス チーズ	たまねぎ にんじん にんにく トマト缶 キャベツ きゅうり ブロッコリー 赤ピーマン	こめ むぎ ケチャップ チリソース さとう 赤ワイン サラダ油 アセロラミルク	749 2.2	33.4 20.8
16 (水)	コッペパン いちごマーガリン チキンナゲット キャベツとコーンのサラダ コンソメスープ	牛乳 ハム ベーコン	キャベツ にんじん ブロッコリー いんげん かぶ	コッペパン いちごマーガリン ケチャップ 三温糖	718 3.8	30.1 32.5
17 (木)	せきはん 花型豆腐ハンバーグ ごぼうサラダ 赤飯 ななはたとろろ ずまし汁 お祝いクレープ ★入学お祝いメニュー★	牛乳 なたね ささげ 豆腐ハンバーグ	大根おろし あさつき にんじん しも汁 ごぼうサラダ きゅうり にんじん コーン 玉ねぎ みつば えのき	こめ ちまき もち米 ごま塩 クレープ	826 3.7	25.7 28.4
18 (金)	ごはん 彩り野菜のたまご焼き 肉じゃが もずくスープ 甘夏缶	牛乳 ぶた肉 なたね たまご焼き もずく	にんじん たまねぎ いんげん えのき 甘夏缶	こめ むぎ じゃがいも しらたき サラダ油 ざらめ糖	735 2.1	23.5 25.0
21 (月)	菜の花ごはん 野菜かき揚げ アーモンド和え わかめ汁 豆腐パンナコッタ	牛乳 しらす干し わかめ 野菜かき揚げ とうふ	菜めしの素 なのはな キャベツ ほうれん草 にんじん たけのこ ねぎ	こめ むぎ アーモンド サラダ油 豆乳パンナコッタ	752 3.7	20.7 32.1
22 (火)	ごはん 豚肉のみそ焼き ひじきの煮物 ごま酢和え みそ汁	牛乳 ひじき ぶた肉 さつまあげ 水煮大豆 あぶらあげ みそ	しょうが にんじん にんじん だいこん いんげん きゅうり キャベツ しめじ	こめ むぎ さとう こんにゃく サラダ油 白すりごま	744 2.9	30.7 27.4
23 (水)	米粉パン りんごジャム ポテトとお米のささみカツ コールスローサラダ ミネストローネ	牛乳 ベーコン ポテトとお米のささみカツ	キャベツ たまねぎ にんじん トマト缶 きゅうり セロリ にんにく	米粉パン りんごジャム サラダ油 コールスローレッシング じゃがいも 中濃ソース マカロニ	760 2.8	32.9 27.8
24 (木)	ポークカレーライス 海藻サラダ フルーチェいちご	牛乳 ぶた肉 海藻ミックス	たまねぎ にんじん 生姜 にんにく セロリ いんげん キャベツ きゅうり コーン	こめ むぎ じゃがいも サラダ油 カレーウ・粉 ウスターソース ケチャップ フルーチェの素 青じそドレッシング	711 3.3	23.9 19.7
25 (金)	ごはん さんまの梅煮 五目野菜炒め みそ汁 パナナ	牛乳 とり肉 さんま梅煮 みそ なまあげ	えのき セロリ たまねぎ 青ピーマン パナナ なら	こめ むぎ ポテト サラダ油	756 2.1	28.1 25.9
28 (月)	ごはん はんぺんチーズフライ かぼちゃのそぼろあんかけ 春野菜サラダ みそ汁	牛乳 鶏ひき肉 はんぺんチーズフライ あぶらあげ	かぼちゃ しょうが キャベツ にんじん かぶ きゅうり たけのこ たまねぎ 大根おろし	こめ さとう むぎ サラダ油 片栗粉 中濃ソース	733 3.6	26.6 21.1
30 (水)	コッペパン マーガリン トマトオムレツ キャベツソテー クリームシチュー	牛乳 トマトオムレツ ウィンナー とり肉	キャベツ 赤ピーマン 黄ピーマン たまねぎ にんじん ブロッコリー	コッペパン マーガリン サラダ油 じゃがいも シチュールー	708 3.4	27.2 30.9

- ・牛乳は、毎回つきます。 ・献立は都合により変更することがあります。
- ・カロリーは、中学部・高等部生のエネルギーです。
- ・学校給食摂取基準（中・高等部一人一回あたり）：エネルギー780kcal たんぱく質33.0g 脂質22.0g

ご入学・ご進級おめでとうございます



春の暖かな陽気に包まれる中、新年度を迎えました。新入生の皆さんは、これから始まる学校生活に期待と不安でいっぱいのことと思います。皆さんが安心して給食を食べられるよう、衛生管理を徹底し、心を込めておいしい給食作りに努めていきます。1年間よろしくお願ひいたします。

