



4月

# こんだてひょう



## 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
		ちやく 血や肉になるもの	からだ 体の調子を整えるもの	からだ 体の調子を整えるもの	からだ 体の調子を整えるもの	からだ 体の調子を整えるもの	からだ 体の調子を整えるもの		
10 (水)	コッペパン いちごジャム 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	チキンナゲット チーズ	キャベツ ブロッコリー かぶ 干しいたけ	にんじん コーン いんげん	コッペパン いちごジャム ケチャップ	いちごジャム マリネドレッシング	718 3.8	30.1 32.5
11 (木)	ご飯 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	さわら きんしたまご みそ	にんにく にんじん 干しいたけ なのはな ねぎ	切り干し大根 干しいたけ なめこ	こめ むぎ サラダ ごま油 ごま油 白すりごま	黒いりごま ざらめ糖 さとう	727 2.6	33.3 24.1
12 (金)	ご飯 麻婆豆腐 春雨サラダ わかめスープ 型抜きチーズ	牛乳 とうふ	豚ひき肉 みそ わかめ	生姜 にんにく たけのこ にんじん キャベツ 黄ピーマン	ねぎ 干しいたけ キャベツ たまねぎ	こめ むぎ ケチャップ でん粉 はるさめ	さとう 豆板醤 サラダ油ごま油 中華ドレッシング	714 3.0	29.2 24.3
15 (月)	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 豚ひき肉 チーズ	牛ひき肉 ビーンズミックス	たまねぎ にんにく キャベツ ブロッコリー	にんじん トマト缶 きゅうり 赤ピーマン	こめ むぎ チリソース 赤ワイン サラダ油	オリーブオイル ケチャップ さとう アセロラミルク	749 2.2	33.4 20.8
16 (火)	ご飯 さんまの梅煮 五目野菜炒め みそ汁 パナナ	牛乳 とり肉 みそ	さんま梅煮 なまあげ	えのき セロリ たまねぎ パナナ	にんじん 青ピーマン にら	こめ むぎ サラダ油	ポテト	718 2.2	28.2 20.8
17 (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 ワインナー	トマトオムレツ とり肉	キャベツ 黄ピーマン にんじん	赤ピーマン たまねぎ ブロッコリー	コッペパン サラダ油 シチュールー	マーガリン じゃがいも	708 3.4	27.2 30.9
18 (木)	赤飯 花型豆腐ハンバーグ ごぼうサラダ すまし汁 お祝いクレープ ★入学お祝いメニュー★	牛乳 なると	ささげ 豆腐ハンバーグ	大根おろし レモン汁 きゅうり コーン 玉ねぎ	あさつき ごぼうサラダ にんじん みつば えのき	こめ ごま塩	もち米 クレープ	826 3.7	25.7 28.4
19 (金)	ご飯 豚肉のんにく炒め 大学芋 豆腐チゲスープ 韓国のり	牛乳 豚ひき肉 みそ	ぶた肉 とうふ 韓国のり	生姜 にんにく にんじん いんげん はくさい	たけのこ たまねぎ にら ねぎ 干しいたけ	こめ むぎ サラダ油 スイートポテト キムチの素	カルビーソース 白いりごま 黒いりごま 大学芋たれ	744 2.4	33.1 20.9
22 (月)	ご飯 彩り野菜のたまごやき 肉じゃが もずくスープ 甘夏缶	牛乳 ぶた肉	たまごやき もずく	にんじん いんげん 甘夏缶	たまねぎ えのき	こめ むぎ しらたき ざらめ糖	じゃがいも サラダ油	735 1.8	23.5 25.0
23 (火)	ご飯 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 水煮大豆 みそ	ぶた肉 さつまあげ あぶらあげ	しょうが にんじん だいこん キャベツ	ねぎ いんげん きゅうり しめじ	こめ むぎ こんにやく 白すりごま	さとう サラダ油	744 2.9	30.7 27.4
24 (水)	米粉パン りんごジャム ホキの香草焼き コールスローサラダ ミネストローネ	牛乳 ベーコン	ホキ	レモン果汁 パセリ・ハーブ キャベツ にんじん	たまねぎ トマト缶 きゅうり セロリ にんにく	米粉パン サラダ油 じゃがいも マカロニ	フルーベリージャム コールスロードレッシング オリーブオイル	702 2.5	34.1 23.4
25 (木)	菜の花ご飯 野菜かき揚げ アーモンド和え わかめ汁 ババロア	牛乳 しらす干し わかめ	野菜かき揚げ とうふ	菜めしの素 キャベツ にんじん ねぎ	なのはな ほうれん草 たけのこ	こめ むぎ しょうゆ	アーモンド ババロア	752 3.7	20.7 32.1
26 (金)	ポークカレーライス 海藻サラダ フルーチェいちご	牛乳 海藻ミックス	ぶた肉	たまねぎ 生姜 にんにく いんげん きゅうり	にんじん セロリ キャベツ コーン	こめ むぎ サラダ油 フルーチェの素 ウスターソース	じゃがいも カレールー・粉 ケチャップ 青じそドレッシング	711 3.3	23.9 19.7
30 (月)	ご飯 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 みそ	はんぺんチーズフライ あぶらあげ	かぼちゃ キャベツ かぶ きゅうり たまねぎ	しょうが にんじん たけのこ 大根おろし	こめ さとう	むぎ 片栗粉	731 3.6	26.6 21.1

- 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だと思います。今年度も引き続き、感染予防対策を取りながらの給食時間となりますが、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致します。

