

3 月 分 食 献 立 予 定 表

栃木特別支援学校

日 付	あさごはん	カロリー (kcal) タンパク (g)	ゆうごはん	カロリー (kcal) タンパク(g)
1 (水)	ご飯 コンソメスープ とり肉のチーズ焼き グリーンサラダ 桃缶 牛乳	639 26.5	麦ご飯 すまし汁 ぶりのみそ焼き だいこんのきんぴら くきわかめサラダ いちごプリン	746 29.7
2 (木)	ご飯 みそ汁 肉だんご いそかあえ さつまいものあま煮 ふりかけ 牛乳	704 23	さんしょくどん みそ汁 たらこ炒め あまずあえ ミックスゼリー	768 27.1
3 (金)	食パン ジャム コンソメスープ スクランブルエッグ コールスローサラダ 牛乳	664 25.3		
6 (月)			スパゲティミートソース 卵スープ 温野菜サラダ おいおいゼリー	777 37
7 (火)	麦ご飯 すまし汁 焼き魚(ほっけ) だいこんのおかか煮 ほうれん草ソテー 牛乳	600 28.2	麦ご飯 すまし汁 とり肉のてり焼き さといものそぼろ煮 マカロニサラダ 豆乳プリン	748 31.6
8 (水)	麦ご飯 みそ汁 野菜炒め 焼きさつま揚げ おひたし 牛乳	673 28	麦ご飯 みそ汁 天ぷら盛り合わせ ひじきいり煮 ごまあえ りんごゼリー	755 17.2
9 (木)	ご飯 みそ汁 ボイルウィンナ キャベツとコーンのソテー かぼちゃのあま煮 牛乳	714 24.2	ご飯 トマトスープ さけのマヨネーズ焼き こふきいも コーンサラダ マスカットゼリー	769 25.7
10 (金)	ご飯 卵スープ 焼きベーコン 煮びたし パイン缶 牛乳	645 22.5		
13 (月)			麦ご飯 けんちん汁 たらのさいきょう焼き くきわかめいり煮 からしあえ ぶどうゼリー	746 26.9
14 (火)	ご飯 みそ汁 おんせん卵 こざかなあえ いかとピーマンのしょうが炒め 牛乳	637 30.4	ご飯 コーンスープ 煮こみハンバーグ キャベツとベーコンのソテー グリーンサラダ チョコプリン	799 25
15 (水)	麦ご飯 みそ汁 焼き魚(さば) 切りぼし煮つけ 煮豆 牛乳	680 29.9	ちゅうかどん はるさめスープ にらまんじゅう ナムル レモンゼリー	755 22.8
16 (木)	麦ご飯 みそ汁 焼きベーコン なま揚げのそぼろ煮 ごまあえ 牛乳	700 29.3	ポークカレーライス きのことスープ ビーンズサラダ フルーツヨーグルト	784 25.4
17 (金)	ご飯 みそ汁 納豆 たけのこのおかか煮 わかめサラダ 牛乳	603 24.4		
22 (水)			麦ご飯 みそ汁 さばのごまだれ焼き かぼちゃのそぼろ煮 大根サラダ みかんゼリー	760 29.9
23 (木)	ご飯 すまし汁 ボイルウィンナ チーズサラダ 桃缶 牛乳	674 21.3	ご飯 卵いりコーンスープ チンジャオロースー しゅうまい くきわかめサラダ フルーツあんりんプリン	788 30.1
24 (金)	バターロールパン ジャム コンソメスープ ポテトカップグラタン ビーンズサラダ ヨーグルト 牛乳	671 21.3		

* 献立は都合により変更することがあります。