

6 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 (木)	ご飯 かき玉汁 焼きベーコン かぼちゃのあま煮 ごまあえ 牛乳	666 24.0	麦ご飯 みそ汁 ぶた肉のおろしソースかけ ちくぜん煮 からしあえ みかんゼリー	762 30.0
2 (金)	ご飯 すまし汁 おんせん卵 しらたきのたらこ炒め ツナあえ 牛乳	607 26.1		
5 (月)			カレーピラフ 卵スープ 肉だんご 温野菜サラダ チョコクレープ	790 25.7
6 (火)	ご飯 みそ汁 ぶた肉と野菜のうま煮 うめあえ ふりかけ 桃缶 牛乳	641 21.8	麦ご飯 みそ汁 あじのこうみ焼き じゃがいものそぼろ煮 大根サラダ ヨーグルト	777 32.8
7 (水)	ご飯 みそ汁 とり肉のてり焼き いんげんソテー じゃこサラダ 牛乳	653 24.4	さんしょくどん とん汁 なすのおろし煮 いそかあえ オレンジ	751 33.7
8 (木)	ご飯 すまし汁 ボイルウィンナ ごぼうのおかか煮 酢の物 牛乳	683 23.9	ご飯 コンソメスープ 煮こみハンバーグ ほうれん草ソテー マカロニサラダ レモンゼリー	763 21.3
9 (金)	麦ご飯 みそ汁 焼き魚(さば) キャベツの卵とじ からしあえ 牛乳	675 34.6		
12 (月)			オムライス ミートボールスープ コールスローサラダ フルーツヨーグルト	740 26.4
13 (火)	ご飯 みそ汁 野菜炒め しゅうまい おひたし 牛乳	679 29.6	麦ご飯 すまし汁 さばのみそ焼き ごもく煮 ごまあえ はちみつレモンゼリー	745 28.7
14 (水)	麦ご飯 にら玉汁 焼きさつま揚げ かぼちゃのそぼろ煮 すのもの 牛乳	686 27.7	けんちんうどん あつ焼卵 かいそうサラダ ピーチババロア	734 29.2
15 (木)	ご飯 みそ汁 納豆 たけのこのおかか煮 もやしとにらのソテー パイン缶 牛乳	620 25.1	さけご飯 みそ汁 肉じゃが 切りぼしサラダ ミックスゼリー	745 29.8
16 (金)	バターロールパン いちご&マーガリン コンソメスープ トマトオムレツ チーズサラ ダ 牛乳	672 19.2		
19 (月)			麦ご飯 みそ汁 あじフライ せんキャベツ ひじきいり煮 すのもの ヨーグルト	766 25.7
20 (火)	麦ご飯 みそ汁 肉だんご じゃがいものごま煮 おひたし 牛乳	658 23.9	ぎゅうどん みそ汁 たたきごぼう ツナサラダ バナナ	777 26.6
21 (水)	麦ご飯 すまし汁 焼きベーコン さつまいものあま煮 アスパラガスソテー 牛乳	684 21.9	たらこスパゲティ コーンスープ ぐだくさんオムレツ ビーンズサラダ オレンジ	777 31.9
22 (木)	麦ご飯 みそ汁 いかとピーマンのしょうが炒め ごまあえ 煮豆 牛乳	647 28.2	麦ご飯 すまし汁 とり肉のてり焼き なすのみそ炒め からしあえ みかんクレープ	757 31.2
23 (金)	麦ご飯 かき玉汁 焼き魚(ほっけ) さといものそぼろ煮 かいそうサラダ 牛乳	641 31.2		
26 (月)			あんかけ焼きそば 卵いりコーンスープ しゅうまい わかめサラダ ヨーグルト	793 27.8
27 (火)	麦ご飯 みそ汁 ボイルウィンナ じゃこ炒め みかん缶 牛乳	686 23.4	ご飯 ミネストローネ さけのハーブ焼き アスパラソテー マカロニサラダ りんごゼリー	710 29.0
28 (水)	麦ご飯 みそ汁 焼きさつま揚げ きんぴら ごまあえ ふりかけ 牛乳	681 24.9	麦ご飯 みそ汁 天ぷらもり合わせ たけのこのおかか煮 すのもの ラ・フランスゼリー	713 23.2
29 (木)	ご飯 きのこスープ スクランブルエッグ 野菜のクリーム煮 グリーンサラダ 牛乳	694 22.6	ご飯 コンソメスープ とりにくのピザ焼き フライドポテト コーンサラダ プリン	772 29.2
30 (金)	ご飯 みそ汁 納豆 切りぼしごま炒め ツナあえ 牛乳	649 26.5		

* 献立は都合により変更することがあります。