

2 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)	麦ご飯 みそ汁 納豆 ごまあえ キャベツとベーコンのソテー 牛乳	627 24.3	麦ご飯 みそ汁 あじのこうみ焼き 大根のそぼろ煮 すのもの チョコプリン	705 32.2
2 (金)	バターロールパン ジャム オムレツ コンソメスープ コールスローサラダ パイン缶 牛乳	625 23.6		
5 (月)			麦ご飯 みそ汁 ハンバーグおろしソースかけ 粉ふきいも ごまマヨあえ ヨーグルト 牛乳	785 25.8
6 (火)	麦ご飯 すまし汁 焼き魚(ほっけ) キャベツの卵とじ からしあえ 牛乳	604 29	たらこスパゲティ ミネストローネ 肉だんご ツナサラダ いちごババロア	758 33.1
7 (水)	ご飯 卵スープ とり肉のチーズ焼き グリーンサラダ 桃缶 牛乳	636 26.8	麦ご飯 けんちん汁 さけのみそ焼き ほうれんそうソテー いそかあえ プリン	731 36.1
8 (木)	麦ご飯 すまし汁 焼きベーコン かぼちゃのあま煮 大根サラダ 牛乳	694 21.7	ご飯 くきわかめスープ ホイコーロー しゅうまい バンサンスー	766 28.3
9 (金)	ご飯 みそ汁 焼きさつま揚げ れんこんの炒め煮 ごまあえ 牛乳	632 22.1		
13 (火)			ご飯 ミートボールスープ かれいのハーブ焼き フライドポテト ビーンズサラダ オレンジ	717 30.7
14 (水)	麦ご飯 みそ汁 納豆 くきわかめごま炒め こざかなあえ 牛乳	638 26.2	麦ご飯 みそ汁 ぶた肉のこうみ焼き きんぴらごぼう ごまあえ はちみつレモンゼリー	761 25.2
15 (木)	ご飯 すまし汁 ボイルウィンナ さといもの煮つけ コーンサラダ 牛乳	697 22.8	あんかけ焼きそば わかめスープ あつ焼き卵 切りぼしサラダ あんにん豆腐	717 20.2
16 (金)	麦ご飯 みそ汁 肉だんご いんげんのソテー ツナサラダ 牛乳	620 21.7		
19 (月)			ご飯 卵スープ チキンソテー ジャーマンポテト コーンサラダ ヨーグルト	741 32.3
20 (火)	ご飯 みそ汁 あつ焼き卵 すのもの いかとピーマンのしょうが炒め 牛乳	634 28.4	ポークカレーライス コンソメスープ 温野菜サラダ パイン缶	801 22.4
21 (水)	麦ご飯 みそ汁 煮魚(モロ) 野菜のそぼろ炒め おひたし 牛乳	614 33	麦ご飯 みそ汁 ひれかつ せんキャベツ ごぼうのおかか煮 からしあえ みかんクレープ	762 28.3
22 (木)	ご飯 みそ汁 おんせん卵 がんもの煮つけ くきわかめサラダ 牛乳	663 25		
26 (月)			きのこピラフ 白菜のクリームスープ オムレツ マカロニサラダ バナナ	805 25
27 (火)	ご飯 みそ汁 焼き魚(さば) きんぴら いそかあえ 牛乳	637 28	ビビンバどん はるさめスープ ぎょうざ かいそうサラダ りんごゼリー	747 24
28 (水)	麦ご飯 みそ汁 焼きさつま揚げ しらたきのたらこ炒め だいこんのおかか煮 牛乳	622 24.6	麦ご飯 みそ汁 とり肉のごまだれ焼き かぼちゃのそぼろ煮 チーズサラダ ぶどうゼリー	731 33
29 (木)	ご飯 すまし汁 ボイルウィンナ じゃこピーマン炒め からしあえ 牛乳	632 22.9	麦ご飯 みそ汁 天ぷらもり合わせ おやこ煮 あまずあえ オレンジ	783 25.3

* 献立は都合により変更することがあります。