

4 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)
8 (月)	(ひるごはん) チャーハン チンゲンサイスープ チーズサラダ オレンジ 牛乳	755 29.1	麦ご飯 みそ汁 ぶた肉のしょうが焼き だいこんのおかか煮 マカロニサラダ ラ・フランスゼリー	752 26.3
9 (火)	ご飯 みそ汁 ポイルウィンナ くきわかめ煮つけ おひたし 牛乳	615 22.4	麦ご飯 みそ汁 さけフライ せんキャベツ ひじき炒り煮 ごまあえ プリン	774 26.4
10 (水)	ご飯 すまし汁 納豆 野菜炒め いそかあえ 牛乳	656 28.4	ご飯 春雨スープ チンジャオロースー 大学いも ナムル アセロラゼリー	758 22.3
11 (木)	麦ご飯 みそ汁 焼き魚(さば) 親子煮 すのもの 牛乳	691 37	麦ご飯 けんちん汁 とり肉のみそ焼き かぼちゃのあま煮 海そうサラダ ヨーグルト	722 32.7
12 (金)	ご飯 コンソメスープ 焼きベーコン コールスローサラダ パイン缶 牛乳	662 20.3		
15 (月)			ご飯 コーンチャウダー たらのソテー なの花ソテー ビーンズサラダ パナナ	738 31.5
16 (火)	麦ご飯 みそ汁 野菜のそぼろ炒め さといもの煮つけ 小魚あえ 味つけのり 牛乳	634 26.4	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 桃缶	742 27.1
17 (水)	ご飯 みそ汁 あつ焼き卵 たけのこのおかか煮 わかめサラダ ふりかけ 牛乳	665 25.1	スパゲティナポリタン コンソメスープ とり肉とじゃがいものガーリックソテー グリーンサラダ いちごババロア	770 35.3
18 (木)	麦ご飯 かき玉汁 焼きさつま揚げ しらたきのたらこ炒め すのもの 牛乳	636 25.6	麦ご飯 みそ汁 天ぷらもり合わせ 切りぼし煮つけ ごまあえ オレンジ	789 19.7
19 (金)	ご飯 みそ汁 てり焼きチキン チンゲンサイの卵とじ からしあえ 牛乳	670 25.2		
22 (月)			さけご飯 みそ汁 肉じゃが わふうサラダ まっちゃプリン	730 30
23 (火)	ご飯 すまし汁 ポイルウィンナ きんぴら おひたし 牛乳	648 22.3	ご飯 コンソメスープ ポークソテー ほうれん草ソテー コールスローサラダ チョコクレープ	751 26
24 (水)	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	614 24.8	さんしょくどん みそ汁 くきわかめごま炒め すのもの ミックスゼリー	785 27.3
25 (木)	ご飯 みそ汁 納豆 かぼちゃのそぼろ煮 ツナサラダ 牛乳	642 24.9	麦ご飯 みそ汁 ぶた肉コロッケ せんキャベツ 根菜のおかか煮 からしあえ いちご	725 21.1
26 (金)	ご飯 すまし汁 焼き魚(ほっけ) さつまいものあま煮 大根サラダ 牛乳	636 20.1		
30 (火)			ご飯 ミートボールスープ かれいのハーブ焼き カラフルソテー ポテトサラダ りんごゼリー	735 30.1

* 献立は都合により変更することがあります。