

5 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 みそ汁 野菜炒め たけのこのおかか煮 みかん缶 牛乳	650 25.2	きつねうどん ごもくきんぴら 大根とツナのサラダ フルーツヨーグルト	699 27.8
2 (木)	ご飯 みそ汁 焼きベーコン さといもの煮つけ ほうれん草ソテー 牛乳	681 24.5		
7 (火)			ハヤシライス 卵スープ さつまいもレモン煮 グリーンサラダ いちごゼリー	801 20.1
8 (水)	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 とり肉のてり焼き 切りぼし煮付け マカロニサラダ チョコクレープ	770 30.1
9 (木)	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	651 26.7	麦ご飯 みそ汁 アジカツ せんキャベツ ちくぜん煮 からしあえ プリン	718 25.6
10 (金)	黒パン 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 みかん缶 牛乳	615 18.4		
13 (月)			ご飯 くきわかめスープ チンジャオローサー にらまんじゅう バンサンスー 桃缶	650 28.1
14 (火)	麦ご飯 みそ汁 納豆 切りぼしごま炒め おひたし 牛乳	607 23.7	麦ご飯 みそ汁 さばのこうみ焼き じゃがいものそぼろ煮 あまずあえ ヨーグルト	750 33.1
15 (水)	ご飯 すまし汁 ボイルウィンナ じゃこ炒め わかめサラダ 牛乳	663 22.33	ごもくご飯 とん汁 いかカツ ごまあえ オレンジ	774 31.2
16 (木)	ご飯 コンソメスープ とり肉のチーズ焼き コーンサラダ パイン缶 牛乳	663 23	ご飯 わかめスープ ホイコーロー あつ焼き卵 はるさめサラダ ぶどうゼリー	776 25.8
17 (金)	麦ご飯 みそ汁 焼き魚(さけ) さつまいもの甘煮 うめあえ 牛乳	635 30.9		
20 (月)			塩ラーメン はるまき 大根サラダ いちごババロア	724 25.2
21 (火)	ご飯 すまし汁 肉だんご キャベツの卵とじ からしあえ 牛乳	653 26.9	ご飯 コーンスープ ぶた肉のカレー焼き カラフルソテー コールスローサラダ パイン缶	778 28.3
22 (水)	麦ご飯 みそ汁 ボイルウィンナ かぼちゃのあま煮 ほうれん草ソテー 牛乳	682 24	麦ご飯 けんちん汁 さけのみそ焼き くきわかめ煮つけ うめあえ ヨーグルト	739 38.2
23 (木)	ご飯 みそ汁 野菜炒め 焼きさつま揚げ こざかなあえ 牛乳	668 28.1	オムライス ミートボールスープ ポテトカップグラタン ツナサラダ オレンジ	761 25.9
24 (金)	麦ご飯 みそ汁 煮魚(いわし) 切りぼし煮つけ すのもの 牛乳	662 25.7		
27 (月)			ご飯 ミネストローネ かれいのムニエル アスパラソテー ビーンズサラダ りんごゼリー	738 30.8
28 (火)	麦ご飯 みそ汁 納豆 ごぼうのおかか煮 おひたし 牛乳	606 23.4	ご飯 コンソメスープ チキンソテー ほうれん草ソテー ポテトサラダ シークワサーゼリー	704 28.1
29 (水)	麦ご飯 みそ汁 焼き魚(ほっけ) もやしとにらのソテー 大根サラダ 牛乳	617 23.3	麦ご飯 みそ汁 天ぷらもり合わせ ひじき炒り煮 じゃこサラダ プリン	783 18
30 (木)	ご飯 すまし汁 ぶた肉と根菜のうま煮 ごまあえ おんせん卵 牛乳	621 27.9	ご飯 卵スープ チーズハンバーグ こふきいも コーンサラダ パンナコッタ	770 26
31 (金)	麦ご飯 みそ汁 いかとピーマンのしょうが炒め いそかあえ がんも煮つけ 牛乳	616 29.3		

* 献立は都合により変更することがあります。