

# 6月分 舎食 献立 予定 表

栃木特別支援学校

日付	あさごはん	加り- (kcal) タンパク	ゆうごはん	加り- (kcal) タンパク
3 (月)			スパゲティナポリタン コンソメスープ ジャーマンポテト コールスローサラダ ピーチババロア	711 25.4
4 (火)	麦ご飯 みそ汁 もろの煮つけ アスパラソテー うめあえ 牛乳	601 31.1	ご飯 はるさめスープ マーボーなす ぎょうぎ 大根サラダ ラ・フランスゼリー	743 21.1
5 (水)	ご飯 すまし汁 ボイルウィンナ じゃこ炒め いそかあえ 牛乳	643 23.2	麦ご飯 かき玉汁 さばのみそ焼き ごもく煮 すの物 パインクレープ	713 27.7
6 (木)	ご飯 みそ汁 肉だんご じゃがいものごま煮 おひたし 牛乳	668 23.6	<リクエスト献立> ご飯 豆腐とわかめのみそ汁 メンチカツ せんキャベツ ポテトサラダ プリン	794 23.9
7 (金)	バターロールパン ジャム コンソメスープ トマトオムレツ チーズサラダ 牛乳	654 19.4		
10 (月)			麦ご飯 みそ汁 さわらのこうみ焼き がんもの煮つけ かいそうサラダ パナナ	705 30.2
11 (火)	ご飯 なら玉汁 焼きベーコン かぼちゃのあま煮 ごまあえ 牛乳	669 24.7	ビーフカレーライス コンソメスープ コーンサラダ ミックスゼリー	785 19.4
12 (水)	麦ご飯 みそ汁 焼き魚(さけ) キャベツの卵とじ からしあえ 牛乳	611 33.2	ご飯 わかめスープ はっほう菜 はるまき バンサンスー シークワーサーゼリー	798 20.8
13 (木)	ご飯 みそ汁 納豆 切干しごま炒め じゃこサラダ 牛乳	655 23.6	ご飯 卵スープ ポークソテー カラフルソテー ツナサラダ お米のババロア	748 28.2
14 (金)	麦ご飯 みそ汁 野菜炒め なま揚げのそぼろ煮 パイン缶 牛乳	695 28.1		
17 (月)			麦ご飯 みそ汁 あじフライ せんキャベツ ちくぜん煮 すのもの りんごゼリー	747 25.3
18 (火)	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	600 26.6	あんかけ焼きそば 豆腐としめじのスープ ねぎまんじゅう わかめサラダ フルーツヨーグルト	727 25.2
19 (水)	麦ご飯 みそ汁 ぶた肉と野菜のうま煮 うめあえ こんぶつくだ煮 牛乳	603 25.1	麦ご飯 みそ汁 てり焼きハンバーグ なま揚げのしょうが炒め マカロニサラダ アセロラゼリー	781 24.5
20 (木)	ご飯 みそ汁 焼き魚(さば) くきわかめ煮つけ ごまあえ 牛乳	643 27.2	おやこどん みそ汁 なすのおろし煮 からしあえ ひややっこ レモンゼリー	772 32
21 (金)	麦ご飯 すまし汁 ボイルウィンナ ごぼうのおかか煮 おひたし 牛乳	661 23.5		
24 (月)			ビビンバどん くきわかめスープ ぎょうぎ はるさめサラダ オレンジ	779 24.6
25 (火)	麦ご飯 みそ汁 焼きさつま揚げ だいこんのきんぴら ツナサラダ ふりかけ 牛乳	670 24.2	麦ご飯 すまし汁 とり肉のてり焼き なすのみそ炒め ごまずあえ さくらんぼゼリー	723 29.8
26 (水)	ご飯 みそ汁 焼き魚(ほっけ) さといものそぼろ煮 かいそうサラダ 牛乳	607 25.4	カレーピラフ 卵スープ ポテトカップグラタン グリーンサラダ レモンタルト	760 21.2
27 (木)	ご飯 みそ汁 納豆 さつまいものあま煮 もやしとにらのソテー 牛乳	660 23.8	麦ご飯 みそ汁 さばのなんばんづけ ひじきいり煮 おろしあえ ラムネゼリー	739 25.5
28 (金)	黒パン ジャム コンソメスープ スクランブルエッグ 野菜のクリーム煮 牛乳	625 22.1		

\* 献立は都合により変更することがあります。