

3 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)
3 (月)			麦ご飯 みそ汁 ポテトコロッケ せんキャベツ ひじき炒り煮 おひたし ヨーグルト	773 22.9
4 (火)	ご飯 すまし汁 ボイルウィンナ 野菜のそぼろ炒め ごまあえ 牛乳	669 24.1	オムライス ミートボールスープ かぼちゃのチーズ焼き グリーンサラダ いちごゼリー	778 30.5
5 (水)	麦ご飯 みそ汁 焼き魚(ほっけ) れんこんきんぴら からしあえ 牛乳	612 23.7	ご飯 みそ汁 ぶた肉のしょうが焼き 切りぼし煮つけ さつまいもサラダ 桃缶	796 28.3
6 (木)	麦ご飯 みそ汁 納豆 もやしとにらのソテー おひたし 牛乳	613 24	麦ご飯 すまし汁 さけのちゃんちゃん焼き がんもの煮つけ すのもの チョコクレープ	716 30.3
7 (金)	ご飯 みそ汁 豚肉とたけのこのしちみ炒め さといものそぼろ煮 おんせん卵 牛乳	689 29.9		
10 (月)			さんしょくどん みそ汁 くきわかめのごま炒め うめあえ いちごタルト	790 27.4
11 (火)	ご飯 コンソメスープ 焼きベーコン いんげんのソテー ツナサラダ 牛乳	667 23.5	ご飯 コンソメスープ さわらのカレーニエル ジャーマンポテト チーズサラダ プリン	749 27.4
12 (水)	麦ご飯 みそ汁 納豆 だいこんのおかか煮 すのもの パイン缶 牛乳	634 22.6	麦ご飯 すまし汁 ぶた肉のみそ焼き かぼちゃのそぼろ煮 スパゲティサラダ オレンジ	756 30.6
13 (木)	ご飯 みそ汁 あつ焼き卵 ごまあえ いかとピーマンのしょうが炒め 牛乳	624 27.6	<リクエスト献立> さけご飯 はるさめスープ とり肉のから揚げ コーンサラダ くらのまちヨーグルト	775 35.9
14 (金)	黒パン ジャム 卵スープ 肉だんご ほうれん草サラダ 牛乳	618 22.7		
17 (月)			たらこスパゲティ トマトスープ ツナマヨオムレツ ほうれん草のソテー バナナ	727 31.2
18 (火)	ご飯 みそ汁 野菜炒め 焼きさつま揚げ からしあえ 牛乳	645 28.4	カツカレーライス コンソメスープ コールスローサラダ いちご	813 21.3
19 (水)	麦ご飯 みそ汁 納豆 かぼちゃのあま煮 こざかなあえ 牛乳	605 22.8		

* 献立は都合により変更することがあります。