



2月分給食献立予定表



栃木県立富屋特別支援学校

ひつけ 日付	献立名	主 材			おも	さい	りょう	おも(kcal)	さい(kcal)	りょう(kcal)
		な			ち	からだちようし	ちから	タンパク(g)	タンパク(g)	タンパク(g)
		料			血やにくになる	体の調子をととのえる	ちからあつ 力や熱のもとになる	脂質(g)	脂質(g)	脂質(g)
				塩分(g)	塩分(g)	塩分(g)	小学部	中学部	高等部	
1 (木)	ごはん 牛乳 みそ汁 肉豆腐 たこ焼き 甘夏ゼリー (中3-3)	牛乳 たこ 青のり とうふ ぶた肉 かつおぶし たまご	だいこん しいたけ にんじん こまつな キャベツ いんげん ねぎ しょうが	こめ しらたき マヨネーズ さとう たこやき サラダ油 ゼリー	671 26.3 23.5 2.4	859 33.6 29.5 3.2	885 34.6 30.3 3.3			
2 (金)	ごはん 牛乳 けんちん汁 厚焼き卵 大豆とじゃこの揚げ煮 りんご 《節分の献立》	牛乳 とうふ じゃこ たまご 大豆	にんじん しいたけ だいこん ごぼう ねぎ りんご	こめ さといも しらたき 純ごま油 でん粉 サラダ油 さとう ごま	609 22.7 19.5 1.5	761 27.9 23.2 2.0	783 28.7 23.7 2.0			
5 (月)	チキンライス 牛乳 ポテトスープ 大豆のツナサラダ チョコプリン (小6-1)	とり肉 牛乳 ベーコン まぐろツナ 大豆	たまねぎ キャベツ にんじん マッシュルーム しめじ グリンピース ピーマン こまつな れんこん	こめ むぎ オリーブオイル じゃがいも さとう サラダ油 チョコプリン	569 22.2 18.1 2.2	710 27.7 21.3 2.9	733 28.6 21.8 3.1			
6 (火)	ごはん 牛乳 みそ汁 鶏から揚げ わかめサラダ みかん (小6-2)	牛乳 とうふ とり肉 わかめ	ほうれんそう だいこん ねぎ にんにく たまねぎ しょうが きゅうり みかん	こめ でん粉 サラダ油 ごま 純ごま油	563 26.4 17.1 1.9	723 34.6 21.1 2.6	742 35.2 21.4 2.7			
7 (水)	みそラーメン 牛乳 春巻き トマトサラダ アセロラゼリー (中3-5)	ぶた肉 牛乳	もやし きゅうり キャベツ ねぎ きょうな しいたけ にんじん トマト たまねぎ	中華麺 サラダ油 春巻きの皮 純ごま油 ゼリー	648 21.8 26.3 2.9	838 27.8 33.5 3.8	845 28.2 33.9 3.9			
8 (木)	ごはん 牛乳 かき玉汁 いわしごま味噌煮 五目きんぴら いちご (小6-6)	牛乳 たまご さつまあげ いわし ぶた肉	ねぎ ごぼう にら にんじん いちご	こめ しらたき サラダ油 純ごま油 さとう	570 23.8 17.8 1.8	710 29.1 20.9 2.4	730 29.8 21.2 2.4			
9 (金)	赤飯 牛乳 なめこ汁 とり肉の照り焼き しもつかれ ぶどうゼリー 《初午の献立》	あずき 牛乳 あぶらあげ 大豆 とり肉 さけ	こまつな にんじん ねぎ だいこん	こめ さとう でん粉 サラダ油 ゼリー	592 28.8 14.8 1.8	778 41.1 18.1 2.5	800 42.0 18.5 2.6			
13 (火)	ごはん 牛乳 みそ汁 コロッケ キャベツとコーンのごまサラダ バナナ (高3-3)	牛乳 あぶらあげ ぶた肉	はくさい ホールコーン いんげん キャベツ にんじん きゅうり バナナ	こめ じゃがいも サラダ油 ごま 小麦粉	627 20.8 19.1 2.0	800 25.7 24.2 2.7	824 26.3 24.8 2.8			
14 (水)	朝やきコッペパン チルドチョコ 牛乳 白菜スープ オムレツ マセドアンサラダ 青りんごゼリー (小6-4・5)	牛乳 ベーコン オムレツ ハム チーズ	はくさい きゅうり ほうれんそう ねぎ にんじん ねとらもち キャベツ	パン チルドチョコ でん粉 じゃがいも ゼリー	608 20.8 29.6 2.6	780 28.2 36.4 3.7	789 28.5 36.9 3.8			
15 (木)	ごはん 牛乳 中華スープ マーボー豆腐 大根サラダ いちご (中3-1)	牛乳 たまご ナルト とうふ ぶた肉 まぐろツナ	ねぎ きゅうり ほうれんそう にんにく だいこん しょうが しいたけ いちご	こめ でん粉 サラダ油 さとう	587 25.0 19.2 1.9	746 31.5 23.2 2.5	773 32.6 23.9 2.6			
16 (金)	スパゲティーミートソース 牛乳 ミルメーク ベーコンスープ イタリアンサラダ みかんゼリー (高3-5)	ぶた肉 大豆 チーズ 牛乳 ベーコン	たまねぎ ほうれんそう にんにく しょうが マッシュルーム にんじん セロリー トマト	スパゲティ オリーブオイル サラダ油 小麦粉 じゃがいも ゼリー	665 27.8 18.9 2.1	825 35.2 22.9 2.8	851 36.4 23.5 2.9			
19 (月)	チャーハン 牛乳 かき玉スープ 蒸し餃子 もやしのゆかり和え フルーツ杏仁 (高3-2)	ぶた肉 牛乳 たまご	ピーマン クリームコーン ねぎ にんじん しいたけ しょうが ほうれんそう キャベツ たまねぎ もやし きゅうり とうもろこし	こめ むぎ 純ごま油 サラダ油 でん粉 餃子の皮 フルーツ杏仁	558 21.1 17.9 1.9	701 26.7 21.5 2.5	721 27.4 22.0 2.5			
20 (火)	ごはん 牛乳 みそ汁 鮭の塩焼き じゃがいものそぼろ煮 はちみつレモンゼリー (中3-6・7)	牛乳 とうふ さけ ぶた肉	ほうれんそう グリンピース ねぎ にんじん たまねぎ	こめ じゃがいも さとう でん粉 サラダ油 ゼリー	678 29.6 16.8 1.6	831 36.9 19.7 2.1	854 37.8 20.1 2.1			
21 (水)	すき焼きうどん 牛乳 さつまいもの天ぷら きのことソテー お米のパバロア (小6-3)	豆腐 牛肉 ベーコン こんぶ 牛乳	ごぼう とうもろこし にんじん たまねぎ だいこん しいたけ ねぎ えりんぎ はくさい だいこん しめじ まいたけ	うどん しらたき オリーブオイル 砂糖 さつまいも サラダ油 小麦粉 パバロア	605 19.9 25.8 2.8	705 24.2 28.3 3.5	713 24.7 28.7 3.7			
22 (木)	ごはん 牛乳 すまし汁 油淋鶏 ほうれん草としめじの和え物 プリン (高3-1)	牛乳 わかめ はんぺん あぶらあげ とり肉 かつおぶし	たけのこ キャベツ しょうが ねぎ にんじん ほんしめじ ほうれんそう	こめ でん粉 サラダ油 さとう 純ごま油 プリン	560 22.9 15.7 1.4	742 33.0 19.4 2.0	758 33.6 19.6 2.1			
26 (月)	ごはん 牛乳 洋風かき玉汁 ハンバーグ フライドポテト ツナサラダ バナナ (高3-6・7)	牛乳 たまご ベーコン とり肉 まぐろツナ	たまねぎ キャベツ にんじん きゅうり とうもろこし バナナ	こめ じゃがいも さとう サラダ油	673 22.9 24.0 2.3	864 29.2 30.5 3.0	890 29.9 31.2 3.1			
27 (火)	わかめごはん 牛乳 みそ汁 モロの照り焼き 春雨サラダ みかん (高3-4)	わかめ 牛乳 あぶらあげ たまご ハム モロ	たまねぎ にんじん しょうが きゅうり みかん	こめ むぎ じゃがいも さとう マロニー	560 24.8 12.6 2.2	701 30.3 14.2 2.8	722 30.9 14.5 2.9			
28 (水)	揚げパン(ココア) 牛乳 野菜スープ アンサンブルエッグ グリーンサラダ 湘南ゴールドゼリー (中3-4)	たまご 牛乳 ベーコン	たまねぎ ブロッコリー にんじん とうもろこし キャベツ いんげん マッシュルーム グリーンアスパラ きゅうり	パン サラダ油 じゃがいも ショコラグラニュー ゼリー	562 18.8 23.9 2.6	709 23.3 29.2 3.4	714 23.5 29.4 3.5			
29 (木)	ポークカレーライス 牛乳 ほうれん草スープ コールスローサラダ ヨーグルト (中3-2)	ぶた肉 牛乳 ヨーグルト	たまねぎ きゅうり にんじん しょうが えのき にんにく 福神漬 ほうれんそう キャベツ ピーマン	こめ むぎ じゃがいも サラダ油 アーモンド	666 21.6 19.9 2.1	840 26.0 24.1 2.8	869 26.7 24.8 2.9			
ひとり かい がっこうきゅうしよく せつしゅきじゅん								570	780	810
一人1回あたりの学校給食摂取基準								24.0	32.0	34.0
								16.0	22.0	22.5
								2.0	2.5	2.5

※献立の材料は都合により変更する場合があります。御了承ください。

☆今月は卒業学年のリクエスト給食です。太字がリクエストです。

☆7日のトマト、8日のいちごはJA栃木様から、15日のいちごはJA宇都宮様からのプレゼントです。

★献立表は本校ホームページにも掲載しております。メニューから給食・食育を開き、御確認ください。令和6年度4月から献立表は印刷をせず、ホームページ掲載のみにする予定です。

