



9 月分

給食献立予定表



栃木県立富屋特別支援学校

日 付	こ ん だ て め い	お も な ざ い り ょ う						13歳 ⁺ - (kcal)	13歳 ⁺ - (kcal)	13歳 ⁺ - (kcal)		
		血やにくになる		体の調子をととのえる		力や熱のもとになる		たんぱく質(g)	たんぱく質(g)	たんぱく質(g)		
								脂質(g)	脂質(g)	脂質(g)		
							小学部	中学部	高等部			
3 (火)	チキンカレーライス 牛乳 大豆のツナサラダ コンソメスープ フルーツヨーグルト	とり肉	牛乳	にんにく	トマト	しょうが	こめ	むぎ	654	841	872	
		ベーコン	まぐろツナ	たまねぎ	ほうれんそう	にんじん	じゃがいも	サラダ油	23.9	30	31.1	
		大豆	ヨーグルト	キャベツ	こまつな	れんこん	カレールウ	さとう	18.2	21.9	22.5	
				みかん	もも	パイナップル			2	2.7	2.8	
4 (水)	夏野菜スバゲティー 牛乳 イタリアンサラダ まめのポターージュ マスカットゼリー	バラベーコン	牛乳	なす	マッシュルーム	たまねぎ	スバゲティ	オリーブオイル	527	652	673	
		白いんげん豆		トマト	ズッキーニ	にんにく	ドレッシング	ゼリー	18.4	22.6	23.3	
				きゅうり	キャベツ	にんじん			17.7	21.2	21.8	
				とうもろこし					2.3	3	3.1	
5 (木)	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 ナムル かき玉スープ フルーツポンチ	たまご	牛乳	たまねぎ	とうもろこし	にんにく	こめ	サラダ油	602	769	797	
		わかめ	とうふ	しょうが	ねぎ	にら	干しいたけ	でん粉	ごま油	22.9	28.8	29.7
		ぶた肉	みそ	にんじん	こまつな	もやし	キャベツ	さとう	ごま	17.9	21.5	22.1
				みかん	もも	レモン	パイナップル	ゼリー	2.4	3.1	3.3	
6 (金)	セルフお魚丼 牛乳 ブロッコリーのおかか和え 高野豆腐のみそ汁 ラフランスゼリー	まぐろツナ	牛乳	しょうが	しらたき	にんじん	こめ	ごま	540	673	695	
		かつおぶし	高野豆腐	えだまめ	ブロッコリー	カリフラワー	さとう	ゼリー	24.9	31.5	32.6	
		みそ		こまつな	えのきだけ				14.5	17	17.4	
									1.9	2.5	2.6	
9 (月)	ごはん 牛乳 あじの南蛮漬 ごぼうサラダ もずくスープ シークワーサーゼリー	もずく	牛乳	チンゲン菜	ピーマン	たまねぎ	こめ	サラダ油	597	738	758	
		とうふ	あじ	ごぼう	にんじん	きゅうり	でん粉	ドレッシング	21	25.3	25.7	
							小麦粉	ゼリー	19.6	23.1	23.3	
									2.1	2.7	2.8	
10 (火)	ごはん 牛乳 鶏肉のごまだれ焼き 鹽香あえ じゃがいものみそ汁 なし	油揚げ	牛乳	たまねぎ	ほうれんそう	はくさい	こめ	ごま	527	697	716	
		みそ	とり肉	にんじん	なし		じゃがいも		23.9	34.9	35.4	
		かまぼこ	のり						13.5	16.9	17.1	
									1.6	2.4	2.4	
11 (水)	朝焼きコッパン いちごジャム 牛乳 アンサンブルエッグ みかんとキャベツのサラダ ミネストローネ パナナ	ベーコン	牛乳	にんじん	たまねぎ	セロリ	パン	サラダ油	593	743	752	
		白いんげん豆	たまご	トマト	にんにく	きゅうり	ジャム	マカロニ	20.2	25.2	25.4	
		チーズ		キャベツ	みかん	バナナ	じゃがいも	ドレッシング	20.5	24.8	25.2	
									2.4	3.2	3.3	
12 (木)	ごはん 牛乳 豚肉のスタミナ炒め 海藻サラダ 白菜スープ りんごゼリー	ハム	牛乳	はくさい	ほうれんそう	ねぎ	こめ	ごま油	564	707	730	
		ぶた肉	海藻ミックス	とうもろこし	しょうが	にんにく	でん粉	サラダ油	21.8	27.1	28	
				もやし	にら	たまねぎ	さとう	ゼリー	17.4	20.8	21.4	
				にんじん	だいこん	きゅうり			1.7	2.2	2.3	
13 (金)	コーンピラフ 牛乳 ささみカツ レンコンサラダ ふわふわスープ みかんゼリー	とり肉	牛乳	たまねぎ	ほうれんそう	にんじん	こめ	サラダ油	621	795	817	
		ベーコン	たまご	グリンドピース	れんこん	とうもろこし	むぎ	パン粉	23.4	30.2	30.8	
		粉チーズ		キャベツ	パセリ		じゃがいも	ドレッシング	20.2	25.3	25.8	
							ゼリー		2.2	2.9	3.1	
15 (土) 十五夜献立	ごはん 牛乳 ハンバーグおろしソース ごまあえ のっぺい汁 十五夜デザート	とうふ	牛乳	にんじん	しらたき	だいこん	こめ	でん粉	569	713	730	
		ハンバーグ		干しいたけ	ごぼう	ほうれんそう	さといも	ごま	23.5	29.3	29.8	
				たまねぎ	しょうが	しそ	さとう	ゼリー	15.6	18.2	18.3	
				はくさい					1.7	2.2	2.2	
18 (水)	ナン 牛乳 キーマカレー 花野菜マカロニサラダ ベーコンスープ レモンゼリー	ぶた肉	牛乳	たまねぎ	ほうれんそう	ピーマン	ナン	サラダ油	550	690	705	
		バラベーコン	ハム	にんじん	マッシュルーム	しょうが	マカロニ	カレールウ	24.6	31.2	32	
				にんにく	ブロッコリー	トマト	ドレッシング	ゼリー	22.4	27.8	28.5	
				きゅうり	とうもろこし				2.3	3	3.1	
19 (木)	ごはん 牛乳 モロチリソースがけ リャンハンソー ワンタンスープ 豆乳パンナコッタ	とり肉	牛乳	ねぎ	チンゲン菜	しょうが	こめ	ワンタンの皮	584	728	750	
		モロ	ハム	干しいたけ	にんにく	トマト	はるさめ	でん粉	22.4	27.2	27.7	
		豆乳		きゅうり			さとう	ごま油	11.7	12.8	12.9	
							パンナコッタ		2.1	2.8	2.9	
20 (金)	ごはん 牛乳 鶏肉の照り焼き 切り干し大根の煮物 もやしのみそ汁 ももゼリー	油揚げ	牛乳	もやし	いんげん	ねぎ	こめ	サラダ油	564	737	757	
		みそ	とり肉	だいこん	干しいたけ	にんじん	さとう	でん粉	23.9	34.3	34.9	
		さつまあげ					ゼリー	ごま	14.2	17.4	17.7	
									1.6	2.3	2.4	
24 (火)	ごはん 牛乳 さばの竜田揚げ キャベツの和え物 ビルマ汁 巨峰ゼリー	ぶた肉	牛乳	トマト	いんげん	たまねぎ	こめ	サラダ油	645	833	853	
		さば	とり肉	にんじん	しめじ	なす	じゃがいも	ゼリー	26	33.9	34.6	
				こまつな	キャベツ				22.6	29.2	29.5	
									1.7	2.2	2.3	
25 (水)	食パン みかんジャム 牛乳 トマトオムレツ コールスローサラダ かぼちゃのシチュー パナナ	とり肉	牛乳	かぼちゃ	とうもろこし	にんじん	パン	サラダ油	543	744	754	
		たまご		たまねぎ	きゅうり	キャベツ	ジャム	ドレッシング	20	27.7	28.1	
				バナナ					21.3	27.7	28.1	
									2.4	3.6	3.6	
26 (木)	ごはん 牛乳 鶏肉のから揚げ 梅肉和え じゃがいもにとらのみそ汁 アセロラゼリー	みそ	牛乳	にんじん	だいこん	にら	こめ	サラダ油	565	733	751	
		とり肉	ひじき	にんにく	きゅうり	しょうが	じゃがいも	でん粉	24.8	35.6	36.3	
		かつおぶし		ねりうめ			ゼリー		14	17.1	17.2	
									1.6	2.2	2.2	
27 (金)	ごはん 牛乳 しょうが焼き おひたし わかめの味噌汁 フルーツゼリー	みそ	牛乳	えのきだけ	しょうが	だいこん	こめ	ごま油	578	736	763	
		わかめ	みそ	たまねぎ	もやし	こまつな	でん粉	ゼリー	24.9	31.3	32.4	
		ぶた肉	かつおぶし	にんじん	みかん	もも			17.3	20.7	21.3	
				パイナップル					1.7	2.2	2.3	
30 (月)	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ焼き すまし汁 かぼちゃサラダ フルーツ杏仁プリン	とうふ	牛乳	ねぎ	えのきだけ	かぼちゃ	こめ	ごま油	573	750	770	
		とり肉	ハム	にんにく	きゅうり	にんじん	杏仁プリン	ごま	22.3	32.5	33	
		みそ		とうもろこし			ノンエッグマヨネーズ (卵不使用)		17.4	21.8	22.2	
									1.5	2.3	2.3	
D T R にも 一人1日あたりの学校給食摂取基準								570	780	810		
								24	32	34		
								16	22	22.5		
								2	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。

★ 17日(火)は「十五夜献立」です。