

# 4月給食献立予定表



呉特別支援学校

令和2年4月

日・曜	献立名	主な材料			エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g)
		赤 (体をつくる)	黄 (熱や力のもとになる)	緑 (体の調子を整える)	
7 火	ごはん ・高野豆腐の野菜あん ・鶏団子のすまし汁	牛乳 高野豆腐 豚肉 鶏団子 油揚げ	こめ かたくり粉 あぶら さとう	たまねぎ にんじん もやし えだまめ だいこん 干しいたけ ねぎ	839 39.7 28.3
小学部1年生・中学部1年生・高等部1年生は、4月8日(水)から給食開始となります。					
8 水	洋風ちらし寿司 ・ほうれん草とささみのおひたし ・姫はまぐりのお吸い物	牛乳 鮭フレーク ウインナー たまご 鶏肉 姫はまぐり なると	こめ さとう ごま	れんこん にんじん きゅうり コーン ほうれん草 きやべつ たまねぎ 干しいたけ ねぎ	701 32.0 17.8
9 木	五目うどん ・パンサンスー ・ヨーグルト	牛乳 鶏肉 油揚げ ハム たまご ヨーグルト	うどん さとう ごま油	にんじん たまねぎ ねぎ きやべつ もやし	701 34.1 24.9
10 金	ごはん ・鶏肉と野菜のみそ煮 ・コロコロベジスープ	牛乳 鶏肉 みそ ベーコン	こめ さとう こんにやく さとう あぶら じゃがいも	ごぼう れんこん にんじん しめじ さいいんげん だいこん たまねぎ グリーンピース パセリ	732 25.3 21.9
13 月	ごはん ・豚肉のしょうが焼き ・ピーンスープ	牛乳 豚肉 ツナ わかめ	こめ あぶら さとう ごま油 ごま ピーン	たまねぎ だいこん にんじん えのきたけ ねぎ	768 30.0 27.9
14 火	ミートスパゲティー ・チキンサラダ ・コーンスープ	牛乳 豚肉 牛肉 鶏肉	スパゲティー オリーブ油 あぶら かたくり粉 さとう	にんじん たまねぎ ピーマン もやし きやべつ コーン パセリ	731 34.2 25.5
15 水	ごはん ・白身魚のマヨネーズ焼き ・沢煮わん	牛乳 さわら 豚肉	こめ マヨネーズ ごま さとう	たまねぎ コーン パセリ にんじん ほうれん草 はくさい だいこん しいたけ ねぎ	734 34.9 25.3
16 木	チキンカレー ・揚げ春巻き ・フレンチサラダ	牛乳 鶏肉 春巻き かまぼこ	こめ あぶら さとう じゃがいも	にんじん たまねぎ グリーンピース きやべつ きゅうり	861 25.5 32.5
17 金	麦ごはん ・豆腐のそぼろ煮 ・中華みそスープ	牛乳 牛肉 豚肉 さつまいも 豆腐 みそ	こめ むぎ こんにやく あぶら さとう かたくり粉 ごま	たまねぎ にんじん ごまつな もやし ねぎ オレンジ	722 35.5 23.1
20 月	室蘭風やきとりどんぶり ・ごま酢和え ・じゃがいものスープ	牛乳 豚肉 わかめ ベーコン	こめ さとう かたくり粉 ごま じゃがいも	たまねぎ だいこん ほうれん草 にんじん パセリ	727 25.5 24.2
21 火	ごはん ・八宝菜 ・レモンゼリー	牛乳 豚肉 えび いか なると	こめ 油 かたくり粉 はるさめ ゼリー	はくさい たまねぎ にんじん たけのこ チンゲン菜 もやし ほうれん草	726 32.9 19.8
22 水	クロワッサン ・春野菜のシチュー ・ツナサラダ	牛乳 豚肉 ツナ	クロワッサン あぶら じゃがいも さとう	にんじん たまねぎ しめじ ブロッコリー コーン きやべつ	782 28.5 40.3
23 木	ごはん ・魚の甘辛揚げ ・豆腐スープ	牛乳 ホキ ハム 豆腐 わかめ ベーコン	こめ かたくり粉 あぶら 油 さとう ごま	しょうが きりほだいこん 切干大根 きゅうり にんじん コーン たまねぎ	770 33.5 26.8
24 金	ごはん ・豚肉と白菜のすき煮 ・五目みそ汁	牛乳 豚肉 みそ	こめ こんにやく ふ あぶら 油 さとう さつまいも	はくさい たまねぎ にんじん ねぎ 干しいたけ だいこん ごぼう ねぎ	791 32.8 23.4
27 月	ごはん ・厚揚げときのこのピリ辛炒め ・かきたま汁	牛乳 厚揚げ 豚肉 みそ たまご かまぼこ	こめ ごま油 かたくり粉	しいたけ エリンギ まいたけ にんじん にら たまねぎ ねぎ	794 39.7 27.6
28 火	ごはん ・新じゃがのそぼろ煮 ・野菜わん	牛乳 豚肉 牛肉 さつまいも 油揚げ	こめ じゃがいも こんにやく さとう かたくり粉	にんじん たまねぎ 干しいたけ グリーンピース だいこん ごぼう ごまつな	740 30.1 18.0
30 木	ごはん ・回鍋肉 ・ベーコンスープ	牛乳 豚肉 みそ ベーコン	こめ はるさめ ごま油 さとう かたくり粉	にんじん たまねぎ きやべつ ピーマン はくさい チンゲン菜 コーン	723 29.0 21.2

※ 物資の都合により献立や食材料を変更する場合があります。御了承ください。

