

\*牛乳は毎日つきます。

曜日	普通食 献立名	1人あたり kcal	後期食 献立名	初期食・中期食・中期食的 献立名	主な材料名		
					かや熱のもとになる	からだをつくる	体の調子を整える
1 木	御飯 魚の七味焼き おかか和え 豚汁	736	軟飯 魚の七味焼き おかか和え 豚汁	おかゆ 魚の七味焼き おかか和え 豚汁	米 油 じゃがいも	飲用牛乳 豚肉 豆腐 魚(ぶりの予定) 鰹節 みそ	生姜 しももん果汁 小松菜 にんじん もやし キャベツ 大根 長ねぎ
2 金	えびピラフ ツナとひじきのサラダ 野菜スープ 果物(冷凍パインの予定)	668	えびピラフ(軟飯) ツナとひじきのサラダ 野菜スープ 果物(パインの予定)	えびピラフ(おかゆ) ツナとひじきのサラダ 野菜スープ 果物(パインの予定)	米 油 バター 三温糖 白ごま じゃがいも	飲用牛乳 えび ツナ 缶 えびひじき ベーコン	マヨネーズ 玉ねぎ きゅうり にんじん にんにく 生姜 キャベツ 冷凍むき枝豆 冷凍コーン えのきたけ 果物(冷凍パインの予定)
5 月	タコライス もずくスープ 果物(冷凍みかんの予定)	735	タコライス もずくスープ 果物(みかんの予定)	タコライス もずくスープ 果物(みかんの予定)	米 油 三温糖 ごま油	飲用牛乳 大豆 肉 チーズ もずく	にんにく 玉ねぎ にんじん ホールトマト缶 冷凍枝豆 キャベツ 大根 果物(冷凍みかんの予定)
6 火	中華御飯 えびのチリソース 中華風きのこスープ	651	中華御飯(軟飯) えびのチリソース 中華風きのこスープ	中華御飯(おかゆ) えびのチリソース 中華風きのこスープ	米 ごま油 三温糖 片栗粉 油	飲用牛乳 肉 大豆 えび 鶏卵	にんじん 茹でたけのこ 長ねぎ 冷凍むき枝豆 にんにく 生姜 えのきたけ まいたけ チンゲン菜
7 水	<行事食:セタ> ちらし寿司 のり和え たなばた汁 果物(冷凍パインの予定)	642	軟飯 えび団子と野菜のあんかけ のり和え たなばた汁 果物(パインの予定)	おかゆ えび団子と野菜のあんかけ のり和え たなばた汁 果物(パインの予定)	米 三温糖 油 白ごま 冷麦	飲用牛乳 鶏卵 油揚げ えび 鰹節 のり 肉 かまぼこ	にんじん かんぴょう みつば えのきたけ 小松菜 もやし オクラ 冬瓜 果物(冷凍パインの予定)
8 木	トココアパン チリコンカン 大根とホタテのサラダ	682	パンがゆ チリコンカン 大根とホタテのサラダ	パンがゆ(中期食はおかゆ) チリコンカン 大根とホタテのサラダ	ココアパン 油 じゃがいも 三温糖 薄力粉	飲用牛乳 大豆 肉 ベーコン ホタテ	玉ねぎ にんじん にんにく ホールトマト缶 きゅうり 冷凍グリーンピース 大根
9 金	御飯 魚のごま味噌焼き ひじきとしらすのサラダ けんちん汁	697	軟飯 魚のごま味噌焼き ひじきとしらすのサラダ けんちん汁	おかゆ 魚のごま味噌焼き ひじきとしらすのサラダ けんちん汁	米 三温糖 白ごま 油 じゃがいも こんにゃく ごま油	飲用牛乳 みそ ひじき 豆腐 魚(さわらの予定) しらす干し	生姜 きゅうり 冬瓜 にんじん 長ねぎ ごぼう
12 月	御飯 ♪肉豆腐 ひじきの和風和え 果物(メロンの予定)	721	軟飯 肉豆腐 ひじきの和風和え 果物(メロンの予定)	おかゆ 肉豆腐 ひじきの和風和え 果物(メロンの予定)	米 油 白滝 三温糖	飲用牛乳 豆腐 肉 油揚げ ひじき	にんじん 玉ねぎ 干し椎茸 長ねぎ 小松菜 キャベツ 果物(メロンの予定)
13 火	親子丼 ごま酢和え 吉野汁	716	親子丼(軟飯) ごま酢和え 吉野汁	親子丼(おかゆ) ごま酢和え 吉野汁	米 三温糖 片栗粉 白ごま こんにゃく くず粉	飲用牛乳 鶏卵 肉 わかめ 豆腐 油揚げ	玉ねぎ にんじん 干し椎茸 みつば 大根 きゅうり 小松菜 茹でたけのこ 長ねぎ
14 水	御飯 魚の南部焼き ♪からし和え みそ汁	721	軟飯 魚の南部焼き からし和え みそ汁	おかゆ 魚の南部焼き からし和え みそ汁	米 三温糖 黒ごま 白ごま じゃがいも	飲用牛乳 わかめ みそ 魚(ぶりの予定)	生姜 にんじん もやし キャベツ 小松菜 玉ねぎ ごぼう
15 木	ミートソースパグティ わかめとコーンのサラダ フルーツミックス	768	ミートソースパグティ(軟らかパグティ) わかめとコーンのサラダ フルーツミックス	ミートソースパグティ(軟らか冷麦) わかめとコーンのサラダ フルーツミックス	スパグティ 油 薄力粉 三温糖 白ごま オリーブ油	飲用牛乳 肉 わかめ パルメザンチーズ	パセリ にんにく 生姜 にんじん 玉ねぎ マヨネーズ 缶 セロリ 冷凍グリーンピース 大根 冷凍コーン きゅうり みかん缶 りんご缶 白桃缶
16 金	豚肉のしょうが焼き丼 大豆とひじきの煮物 すまし汁	652	豚肉のしょうが焼き丼(軟飯) 大豆とひじきの煮物 すまし汁	豚肉のしょうが焼き丼(おかゆ) 大豆とひじきの煮物 すまし汁	米 油 三温糖	飲用牛乳 肉 ひじき 油揚げ 大豆	生姜 玉ねぎ にんじん 冬瓜 干し椎茸
19 月	チーズパン 鶏の香味焼き コールスローサラダ 夏野菜ミネストローネ	674	パンがゆ 鶏の香味焼き コールスローサラダ 夏野菜ミネストローネ	パンがゆ(中期食はおかゆ) 鶏の香味焼き コールスローサラダ 夏野菜ミネストローネ	チーズパン 三温糖 油 はちみつ オリーブ油 じゃがいも	飲用牛乳 肉 ベーコン	生姜 にんにく セロリ 長ねぎ にんじん キャベツ 冷凍コーン 玉ねぎ なす トマト ホールトマト缶
20 火	夏野菜カレーライス わかめと大根のサラダ 果物(スイカの予定)	689	夏野菜カレーライス(軟飯) わかめと大根のサラダ 果物(スイカの予定)	夏野菜カレーライス(おかゆ) わかめと大根のサラダ 果物(スイカの予定)	米 油 薄力粉 バター 三温糖 白ごま	飲用牛乳 肉 わかめ パルメザンチーズ	にんにく 生姜 りんご 玉ねぎ にんじん なす かぼちゃ きゅうり 大根 果物(スイカの予定)

\* 献立は材料等の都合により変更することがあります。  
 \* ♪のついている献立は、児童・生徒や教職員等からのリクエスト給食です。  
 \* エネルギーは知的障害の中・高等部の摂取量です。  
 (知的障害: 小学部(低) 0.6・小学部(高) 0.8) (肢体不自由: 小学部(低) 0.5・小学部(高) 0.6・中高等部 0.8)  
 \* 牛乳一本分のエネルギー量 138Kcalを引き、それぞれの係数を掛けると摂取量の目安になります。

