

*牛乳は毎日つきます。

曜日	普通食 献立名	エネルギー 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
2 木	ハヤシライス 大根とホタテのサラダ 果物	744	ハヤシライス(軟飯) 大根とホタテのサラダ 果物	ハヤシライス(おかゆ) 大根とホタテのサラダ 果物	米 油 三温糖 薄力粉 バター	飲用牛乳 肉 生クリーム ホタテ	にんにく 玉ねぎ にんじん マッシュルーム缶 冷凍グリーンピース 大根 きゅうり 果物
3 金	チンジャオロース丼 中華風コンソープ 果物	670	チンジャオロース丼(軟飯) 中華風コンソープ 果物	チンジャオロース丼(おかゆ) 中華風コンソープ 果物	米 油 三温糖 片栗粉 ごま油	飲用牛乳 肉 鶏卵	玉ねぎ 茹でたけのこ 生姜 赤ピーマン ピーマン にんにく にんじん グリーンピース チンゲン菜 果物
6 月	豚肉丼 さつま芋とりんごの甘煮 けんちん汁	760	豚肉丼(軟飯) さつま芋とりんごの甘煮 けんちん汁	豚肉丼(おかゆ) さつま芋とりんごの甘煮 けんちん汁	米 白滝 小町麩 三温糖 片栗粉 油 さつま芋 ごま油 こんにゃく バター	飲用牛乳 肉	にんじん 玉ねぎ ねぎ しめじ 糸みつば レーズン りんご 大根 ごぼう レモン果汁
7 火	御飯 麻婆豆腐 春雨中華サラダ 果物	729	軟飯 麻婆豆腐 春雨中華サラダ 果物	おかゆ 麻婆豆腐 春雨中華サラダ 果物	米 三温糖 ごま油 片栗粉 春雨	飲用牛乳 豆腐 肉 みそ	にんにく 生姜 にんじん 玉ねぎ ねぎ たら 椎茸 赤ピーマン キャベツ きゅうり 果物
8 水	ぶどうパン とり肉のトマトソースがけ ツナとわかめのサラダ コンソープ	764	パンがゆ とり肉のトマトソースがけ ツナとわかめのサラダ コンソープ	パンがゆ(中期食はおかゆ) とり肉のトマトソースがけ ツナとわかめのサラダ コンソープ	パン 油 三温糖 ごま じゃが芋 薄力粉	飲用牛乳 肉 ツナ わかめ 調理用牛乳 生クリーム	にんにく 玉ねぎ パセリ マッシュルーム缶 キャベツ ホールトマト缶 きゅうり にんじん クリームコーン缶 冷凍ホールコーン
9 木	〈重陽の節句〉 御飯 魚の照り焼き 菊としらすの和え物 味噌汁	715	軟飯 魚の照り焼き 菊としらすの和え物 味噌汁	おかゆ 魚の照り焼き 菊としらすの和え物 味噌汁	米 三温糖	飲用牛乳 魚(ぶりの予定) しらす 油揚げ わかめ みそ	生姜 小松菜 にんじん もやし 菊のり なす 大根 玉ねぎ ねぎ
10 金	御飯 豚すき焼き風煮 山吹和え 果物	703	軟飯 豚すき焼き風煮 山吹和え 果物	おかゆ 豚すき焼き風煮 山吹和え 果物	米 白滝 小町麩 油 三温糖	飲用牛乳 肉 豆腐 鶏卵 わかめ	エリンギ にんじん 白菜 ねぎ 玉ねぎ ほうれん草 キャベツ 大根 果物
13 月	チキンカレーライス コールスローサラダ 果物	704	チキンカレーライス(軟飯) コールスローサラダ 果物	チキンカレーライス(おかゆ) コールスローサラダ 果物	米 油 薄力粉 じゃがいも バター はちみつ	飲用牛乳 肉 パルメザンチーズ	にんにく しょうが りんご 玉ねぎ にんじん キャベツ アスパラガス 冷凍ホール コーン 果物
14 火	御飯 魚のごまみそ焼き おかか和え かぼちゃの甘煮 すまし汁	737	軟飯 魚のごまみそ焼き おかか和え かぼちゃの甘煮 すまし汁	おかゆ 魚のごまみそ焼き おかか和え かぼちゃの甘煮 すまし汁	米 三温糖 ごま	飲用牛乳 魚(さばの予定) みそ 鰹節 わかめ	生姜 小松菜 にんじん もやし キャベツ かぼちゃ 冬瓜 干しいたけ
15 水	♪ジャージャー麺 ♪磯辺ポテト ♪フルーツポンチ	776	軟飯 ジャージャー麺(軟らか中華麺) 磯辺ポテト フルーツポンチ	おかゆ ジャージャー麺(軟らか冷麦) 磯辺ポテト フルーツポンチ	中華麺 ごま油 油 三温糖 片栗粉 じゃがいも	飲用牛乳 肉 みそ 青のり	玉ねぎ にんじん 茹でたけのこ 干し椎茸 にんにく 生姜 たら 赤ピーマン 長ねぎ みかん缶 白桃缶 りんご缶
16 木	御飯 とり肉の塩こうじ焼き いんげんのごま和え どさんこ汁	684	軟飯 とり肉の塩こうじ焼き いんげんのごま和え どさんこ汁	おかゆ とり肉の塩こうじ焼き いんげんのごま和え どさんこ汁	米 ごま 三温糖 じゃがいも バター	飲用牛乳 肉 鮭 さわかめ みそ	にんにく 長ねぎ さやいんげん にんじん もやし 大根 冷凍ホールコーン
17 金	御飯 八宝豆腐 野菜の中華和え 果物	722	軟飯 八宝豆腐 野菜の中華和え 果物	おかゆ 八宝豆腐 野菜の中華和え 果物	米 油 三温糖 片栗粉 ごま油 ごま	飲用牛乳 肉 豆腐 いか えび	にんじん 茹でたけのこ 玉ねぎ 白菜 エリンギ 生姜 にんにく 冷凍むぎ枝豆 ほうれん草 きゅうり 緑豆もやし 果物
21 火	〈十五夜〉 栗御飯 とり肉のみぞれボン酢がけ ゆかり和え いものこ汁	650	栗御飯(軟飯) とり肉のみぞれボン酢がけ ゆかり和え いものこ汁	栗御飯(おかゆ) とり肉のみぞれボン酢がけ ゆかり和え いものこ汁	米 栗 三温糖 里芋 こんにゃく	飲用牛乳 肉	生姜 にんにく 大根 万能ねぎ レモン果汁 きゅうり にんじん かぶ キャベツ ごぼう まいたけ ねぎ
22 水	ミルクパン ボークビーンズ しらす入りサラダ 果物	730	パンがゆ ボークビーンズ しらす入りサラダ 果物	パンがゆ(中期食はおかゆ) ボークビーンズ しらす入りサラダ 果物	パン じゃが芋 油 三温糖 ごま	飲用牛乳 大豆 肉 ベーコン しらす わかめ	玉ねぎ にんじん 大根 ホールトマト缶 ベーコン しらす 冷凍グリーンピース レモン果汁 きゅうり 冷凍ホールコーン 果物
24 金	御飯 魚のねぎみそ焼き のり和え かきたま汁	673	軟飯 魚のねぎみそ焼き のり和え かきたま汁	おかゆ 魚のねぎみそ焼き のり和え かきたま汁	米 片栗粉	飲用牛乳 魚(さわらの予定) みそ 鰹節 のり 鶏卵	ねぎ 生姜 えのきだけ 小松菜 にんじん もやし 玉ねぎ ほうれん草 干しいたけ
27 月	ソース焼きそば さつま芋レモン煮 もずくと大根のしょうが汁	691	ソース焼きそば(やわらか中華麺) さつま芋レモン煮 もずくと大根のしょうが汁	ソース焼きそば(やわらか冷麦) さつま芋レモン煮 もずくと大根のしょうが汁	中華麺 油 さつま芋 三温糖	飲用牛乳 肉 もずく	にんじん きゃべつ 玉ねぎ もやし たら レモン果汁 レーズン 大根 しょうが
28 火	チキンライス ♪カレーポテト ベーコンと野菜のスープ 果物	694	チキンライス(軟飯) カレーポテト ベーコンと野菜のスープ 果物	チキンライス(おかゆ) カレーポテト ベーコンと野菜のスープ 果物	米 バター オリーブ油 じゃが芋 油	飲用牛乳 肉 ベーコン	にんにく にんじん 玉ねぎ マッシュルーム缶 冷凍グリーンピース 白菜 えのきだけ セロリ 果物
29 水	御飯 魚のおろしソースがけ ゆず和え 煮豆 味噌汁	757	軟飯 魚のおろしソースがけ ゆず和え 煮豆 味噌汁	おかゆ 魚のおろしソースがけ ゆず和え 煮豆 味噌汁	米 油 三温糖 じゃがいも	飲用牛乳 魚(さけの予定) 大豆 みそ	大根 かぶ にんじん キャベツ ゆず果汁 玉ねぎ ごぼう 小松菜
30 木	中華御飯 ♪えびのチリソース 中華風きのこスープ	652	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 肉 鶏卵	にんじん 茹でたけのこ 長ねぎ 冷凍むぎ枝豆 にんにく 生姜 えのきだけ まいたけ チンゲン菜

* 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低・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。
 * 果物の種類については、出盛期の果物を選びますので献立表には記載していません。

