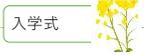
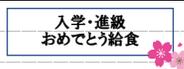




令和5年4月 学校給食献立予定表



県立内原特別支援学校

日付	こ ん だ て め い	加り(kcal) タンパク(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)	おもなざいりょう
7 (金)	ごはん 牛乳 ハンバーグ 花野菜サラダ 味噌汁 	726 29.5 24.9 2.34	白米 牛乳 鶏肉 たまねぎ 大豆たん白 パン粉 ラード しょうゆ 砂糖 塩 赤ワイン こしょう カリフラワー ブロッコリー 赤ピーマン たまねぎ マヨネーズ 塩 こしょう 豆腐 わかめ ねぎ 味噌 和風だし
10 (月)	鶏南蛮うどん 牛乳 野菜かき揚げ 昆布和え さくらのジュレ 	808 29.8 20.0 2.97	ソフトメン(小麦粉 食塩 小麦たん白) 鶏肉 油揚げ なたねぎ にんじん 干し椎茸 かつおだし しょうゆ みりん 塩 牛乳 たまねぎ 小麦粉 にんじん 油 ごぼう 春菊 塩 ベーキングパウダー カロチノイド色素 塩昆布 キャベツ きゅうり 小松菜 にんじん しょうゆ ごま油 グラニュー糖 粉あめ 果糖 食用加工油脂 塩 ゲル化剤 香料 酸味料 着色料 クエン酸
11 (火)	ハヤシライス 牛乳 フレンチサラダ オレンジ	719 23.3 22.1 2.72	白米 牛肉 たまねぎ にんじん マッシュルーム しめじ グリンピース ハヤシフレック デミグラスソース 油 牛乳 キャベツ とうもろこし たまねぎ チーズ オリーブオイル 酢 砂糖 塩 こしょう オレンジ
12 (水)	ミルクパン 牛乳 タンドリーチキン ハムマリネサラダ 白菜のクリームスープ	791 33.4 29.9 3.26	小麦粉 上白糖 塩 脱脂粉乳 イースト 牛乳 鶏肉 プレーンヨーグルト カレー粉 ケチャップ ウスターソース しょうゆ ハム キャベツ たまねぎ 赤ピーマン きゅうり オリーブオイル 酢 塩 こしょう 白菜 じゃがいも にんじん たまねぎ マッシュルーム にんにく パセリフレック 小麦粉 バター 牛乳 ブイヨン 塩 こしょう
13 (木)	ごはん 牛乳 鮭のねぎ味噌焼き 小松菜の磯和え にら玉スープ	612 28.0 14.5 2.49	白米 牛乳 鮭 ねぎ 味噌 しょうゆ みりん 小松菜 キャベツ しめじ のり しょうゆ にら 鶏卵 にんじん たまねぎ 干し椎茸 中華スープストック しょうゆ 塩 こしょう
14 (金)	ごはん 牛乳 豚肉のしょうが炒め 梅マヨネーズ和え じゃがいものみそ汁	687 25.2 21.8 2.45	白米 牛乳 豚肉 しょうが しょうゆ 酒 砂糖 油 れんこん にんじん 水菜 マヨネーズ ねり梅 しょうゆ じゃがいも たまねぎ わかめ 味噌 和風だし
17 (月)	味噌ラーメン 牛乳 春巻き ひじきと枝豆のサラダ	607 21.8 26.4 3.08	中華めん 豚肉 にら にんじん たまねぎ キャベツ もやし にんにく ねぎ 味噌ラーメンの素 ごま油 牛乳 キャベツ たまねぎ にんじん 春雨 ラード 澱粉 しょうゆ 大豆油 砂糖 塩 香辛料 小麦粉 水あめ 油 ひじき キャベツ にんじん 枝豆 とうもろこし 白ごま しょうゆ 砂糖 酢 ごま油 塩
18 (火)	ごはん 牛乳 鶏肉のコチュジャン焼き 春雨サラダ 中華風コンソープ	736 29.3 22.5 2.22	白米 牛乳 鶏肉 にんにく しょうが 酒 しょうゆ みりん 砂糖 コチュジャン 白ごま 春雨 ハム キャベツ きゅうり にんじん しょうゆ 酢 砂糖 ごま油 とうもろこし クリームコーン しめじ たまねぎ 万能ねぎ 中華スープストック 塩 こしょう
19 (水)	黒パン 牛乳 オムレツ 三色ソテー 野菜たっぷりスープ	819 36.3 25.0 3.10	小麦粉 黒糖 塩 脱脂粉乳 イースト 牛乳 鶏卵 たまねぎ 鶏肉 タピオカ澱粉 チキンスープ 砂糖 鶏肉 しょうゆ 酢 塩 とうもろこし もやし ピーマン バター ブイヨン 塩 こしょう 大豆 ベーコン アスパラ キャベツ たまねぎ にんじん 油 カレー粉 ブイヨン 塩 こしょう
20 (木)	ごはん 牛乳 ホイコーロー 五目スープ ラ・フランスコンポート	715 25.9 22.2 2.40	白米 牛乳 豚肉 キャベツ ピーマン にんじん ねぎ しょうが にんにく きくらげ しょうゆ 砂糖 酒 甜麺醬 豆板醬 ごま油 にんじん 白菜 干し椎茸 豆腐 ささみフレック 中華スープストック しょうゆ 酒 塩 こしょう ごま油 ラ・フランス 砂糖 酸味料 酸化防止剤
21 (金)	ごはん 牛乳 チキンカツ 春キャベツのごま和え のっぺい汁	712 25.2 20.1 2.24	白米 牛乳 鶏肉 パン粉 小麦粉 澱粉 塩 こしょう 中農ソース キャベツ にんじん しめじ 白ごま 砂糖 しょうゆ 鶏肉 しょうが 大根 干し椎茸 里芋 にんじん 豆腐 ねぎ しょうゆ だしパック 塩 澱粉
24 (月)	カレー南蛮うどん 牛乳 ごまドレッシングサラダ バナナ	804 26.4 20.3 2.97	ソフトメン(小麦粉 塩 小麦たん白) 鶏肉 干し椎茸 たまねぎ 油揚げ にんじん ねぎ なたねぎ しょうゆ 塩 カレールー 片栗粉 牛乳 キャベツ とうもろこし 大豆 わかめ にんじん ごまドレッシング バナナ
25 (火)	ごはん 牛乳 ぶりの照り焼き れんこんと水菜の和え物 水炊き風スープ	786 34.8 26.4 2.01	白米 牛乳 ぶり しょうが しょうゆ 酒 みりん 砂糖 れんこん にんじん 水菜 たまねぎ とうもろこし マヨネーズ 塩 こしょう 鶏肉 だいこん しらたき ほうれんそう ねぎ 和風だし しょうゆ 酒 塩
26 (水)	コッペパン 牛乳 白花豆コロッケ ミモザサラダ コーンポタージュ	759 25.9 29.9 3.04	小麦粉 上白糖 塩 脱脂粉乳 イースト 牛乳 白花豆 じゃがいも バター 砂糖 塩 パン粉 小麦粉 澱粉 大豆たん白 油 塩 ブロッコリー キャベツ にんじん いり玉子 オリーブオイル 酢 塩 こしょう クリームコーン とうもろこし たまねぎ 白花豆 牛乳 バター 小麦粉 ブイヨン 塩 こしょう パセリ
27 (木)	わかめごはん 牛乳 ポークシューマイ たくあん和え 豚汁	712 24.3 23.8 2.50	白米 わかめごはんの素 牛乳 豚肉 たまねぎ パン粉 澱粉 しょうが 砂糖 塩 小麦粉 水あめ たくあん キャベツ にんじん もやし 白ごま 豚肉 だいこん にんじん じゃがいも ねぎ こんにゃく 豆腐 味噌 和風だし
28 (金)	親子丼 牛乳 おかか和え さつま汁	736 31.8 22.7 1.99	鶏肉 たまねぎ にんじん ねぎ 干し椎茸 鶏卵 みつば しょうゆ 砂糖 みりん 牛乳 キャベツ 小松菜 にんじん えのき かつお節 しょうゆ さつまいも だいこん にんじん 豆腐 ねぎ 味噌 和風だし

※掲載されている栄養価は、中学部・高等部の基準になります。小学1・2年生はこの6割、小学3・4年生は6.5割、小学5・6年生は8割になります。