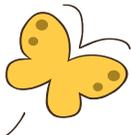


# 5月



# 献立表



茨城県立北茨城特別支援学校

げつ 月 曜 日

か 火 曜 日

すい 水 曜 日

もく 木 曜 日

きん 金 曜 日



1日

2日

3日

**給食指導目標**  
 給食指導目標  
 しゃつき はし つか かたし  
**食器や箸の使い方を知らう**



にく み そ <b>肉味噌うどん</b> ぎゅうにゅう <b>牛乳</b> しゅうまい キャベツとツナのサラダ 714/29.0/25.2/3.2 (Kcal)/(g)/(g)/(g)	はん ぎゅうにゅう <b>ご飯、牛乳</b> いわしの根菜フライ こんさい <b>ビーンサラダ</b> とんじる <b>豚汁</b> 769/32.5/20.6/2.1	けんぽうきねん び <b>憲法記念日</b> 
---	---	-------------------------------



6日

7日

8日

9日

10日

ふりかえぎゅうじつ <b>振替休日</b> 	はん ぎゅうにゅう <b>ご飯、牛乳</b> にくづ <b>肉詰めいなり</b> ごまみそ <b>胡麻味噌マヨサラダ</b> たま とうふ みそしる <b>玉ねぎと豆腐の味噌汁</b> 744/28.7/25.2/2.7	カレーライス ぎゅうにゅう <b>牛乳</b> マリネサラダ ヨーグルト 780/24.9/20.8/2.8	ぎゅうにゅう <b>コッペパン、牛乳</b> とりにく <b>鶏肉のトマトソースがけ</b> チーズとブロッコリーのサラダ <b>ふわふわスープ</b> 738/32.8/31.0/2.7	おぎ はん ぎゅうにゅう <b>麦ご飯、牛乳</b> さばのスタミナ焼き はるさめ <b>春雨サラダ</b> <b>きくらげのスープ</b> 705/30.3/18.5/2.2
------------------------------	--	---	--	--

13日

14日

15日

16日

17日

はん べんとうばこ ぎゅうにゅう <b>ご飯(弁当箱)、牛乳</b> ちゅうかいた <b>ミートボールの中華炒め</b> カリフラワーのサラダ とうふ ふ みそしる <b>豆腐と麩の味噌汁</b> 725/26.4/21.0/2.6	はん ぎゅうにゅう <b>麦ご飯、牛乳</b> <b>メンチカツ</b> かみかみサラダ うみ だいち めぐ じる <b>海と大地からの恵み汁</b> 749/29.7/18.9/2.6	しょうゆ <b>醤油ラーメン</b> ぎゅうにゅう <b>牛乳</b> や ぎょうぎ <b>焼き餃子</b> ちゅうか <b>中華サラダ</b> 711/29.8/17.2/4.2	はん ぎゅうにゅう <b>ご飯、牛乳</b> とりにく こや <b>鶏肉のパン粉焼き</b> ひじきの煮物 かぶ みそしる <b>蕪の味噌汁</b> 706/32.5/21.1/2.4	はん ぎゅうにゅう <b>ご飯、牛乳</b> あまから あ に <b>ブリの甘辛揚げ煮</b> わふう <b>和風サラダ</b> じゃがいも みそしる <b>じゃがいもの味噌汁</b> 714/32.8/22.6/2.4
---	---	--	---	--

20日

21日

22日

23日

24日

はん べんとうばこ ぎゅうにゅう <b>ご飯(弁当箱)、牛乳</b> ぶたにく しょうがいた <b>豚肉の生姜炒め</b> レモンラゲともやしのサラダ <b>わかめスープ</b> 713/24.4/21.7/2.5	はん ぎゅうにゅう <b>ご飯、牛乳</b> しお や <b>ほっけの塩焼き</b> きりぼしだいこん にもん <b>切干大根の煮物</b> いな かじる <b>田舎汁</b> 704/30.6/19.1/2.5	ごもく <b>五目うどん</b> ぎゅうにゅう <b>牛乳</b> み そばおず <b>ねぎ味噌包子</b> みず な えだまめ <b>水菜と枝豆のサラダ</b> 737/35.1/22.6/2.9	ぎゅうにゅう <b>コッペパン、牛乳</b> ハニーマスタードチキン コールスローサラダ コーンクリームスープ 786/31.3/30.8/2.7	おぎ はん やさい ぎゅうにゅう <b>麦ご飯、野菜ふりかけ、牛乳</b> あじのさんが焼き そう ごま あ <b>ほうれん草の胡麻和え</b> とうふ みそしる <b>豆腐とわかめの味噌汁</b> 706/34.4/18.4/2.4
---	--	---	--	--

27日

28日

29日

30日

31日

はん べんとうばこ ぎゅうにゅう <b>ご飯(弁当箱)、牛乳</b> じゃがいものそばろ煮 ブロッコリーのツナ和え じる <b>なめこ汁</b> 724/27.8/17.9/2.6	ぎゅうにゅう <b>ピラフ、牛乳</b> トマトオムレツ ドレッシングサラダ 小松菜とベーコンの味噌スープ 701/29.3/21.9/2.9	にく <b>肉うどん</b> ぎゅうにゅう <b>牛乳</b> あ <b>かき揚げ</b> あまず あ <b>キャベツの甘酢和え</b> 725/28.6/17.3/2.8	ぎゅうにゅう <b>コッペパン、牛乳</b> とりにく や <b>鶏肉のマーマレード焼き</b> アスパラガスのサラダ <b>オニオンスープ</b> 713/30.8/28.6/2.4	はん ぎゅうにゅう <b>ご飯、牛乳</b> しるみさかな や <b>白身魚のマスタード焼き</b> <b>ジャーマンポテト</b> みそしる <b>キャベツの味噌汁</b> 703/31.2/19.8/2.3
--	--	--	--	--

★毎日の献立表下に記載されている数字は、中学部の栄養価です。【エネルギー(kcal)/たんぱく質(g)/脂質(g)/食塩相当量(g)】

★都合により、献立の内容を変更することがあります。本校のマヨネーズは卵不使用のものを使用しています。

