

4月

献立表



茨城県立北茨城特別支援学校

げつ よう び
月 曜 日

か よう び
火 曜 日

すい よう び
水 曜 日

もく よう び
木 曜 日

きん よう び
金 曜 日

8日 (始業式)

9日 (入学式)

10日

11日

12日

はん ぎゅうにゅう ご飯、牛乳 ちくぜん に 筑前煮 ごま あ ブロッコリーの胡麻和え とうふ あらあ みそしる 豆腐と油揚げの味噌汁 711/27.7/19.4/2.5 (Kcal)/(g)/(g)/(g)	はん ぎゅうにゅう ご飯、牛乳 みそ や さばのねぎ味噌焼き キャベツとコーンのサラダ いも みそしる ニラとじゃが芋の味噌汁 729/31.1/20.8/2.3	とりなんばん ぎゅうにゅう 鶏南蛮うどん、牛乳 いも てん さつまいもの天ぷら ちゅうか 中華和え いわ お祝いゼリー 750/25.8/15.6/2.9	ぎゅうにゅう コッペパン、牛乳 とり にく 鶏肉のアップルソースがけ アスパラガスのサラダ オニオンスープ 736/32.5/30.5/2.7	はん ぎゅうにゅう ご飯、牛乳 やさい 野菜コロッケ ドレッシングサラダ さい チンゲン菜のスープ 756/25.0/17.0/2.5
---	--	---	---	--

15日

16日

17日

18日

19日

はん べんとうばこ ぎゅうにゅう ご飯(弁当箱)、牛乳 だいこん ハンバーグの大根おろしがけ ごぼうサラダ とうふ なが みそしる 豆腐と長ねぎの味噌汁 789/38.7/21.5/2.6	おぎ はん ぎゅうにゅう 麦ご飯、牛乳 うめ に いわしの梅煮 き ぼ だいこん にも 切り干し大根の煮物 しんたま みそしる 新玉ねぎとわかめの味噌汁 717/30.3/20.7/2.6	ハヤシライス(麦ご飯) ぎゅうにゅう 牛乳 レモンマヨネーズサラダ プリン 765/25.3/23.3/2.2	ぎゅうにゅう コッペパン、牛乳 とり にく こ や 鶏肉のパン粉焼き ビタミンたっぷりサラダ グリーンピースのポタージュ 750/34.6/25.3/2.7	はん ぎゅうにゅう ご飯、牛乳 やさい とうにゅう わかめと野菜の豆乳よせ ごま ず あ キャベツの胡麻酢和え さんほうしる ごしょ三宝汁 738/31.5/23.4/2.3
---	--	--	--	---

22日

23日

24日

25日

26日

はん ぎゅうにゅう ご飯、牛乳 まーぼー とうふ 麻婆豆腐 もやしのナムル わかめスープ 723/29.6/20.9/2.8	おぎ はん ぎゅうにゅう 麦ご飯、牛乳 しろみ ざかな 白身魚のフライ マセドアンサラダ はくさい みそしる 白菜の味噌汁 760/28.0/23.9/2.1	ど きん こ 道産子うどん ぎゅうにゅう 牛乳 えだまめ とうふ 枝豆ごろごろ豆腐 フルーツヨーグルト和え 751/32.5/20.4/3.8	はん ぎゅうにゅう ご飯、牛乳 とり にく みそ や 鶏肉のオニオン味噌焼き マカロニサラダ はる 春キャベツの味噌汁 754/32.3/24.3/2.2	おぎ はん ぎゅうにゅう 麦ご飯、牛乳 しお や ほっけの塩焼き にも ひじきの煮物 いなか じる 田舎汁 708/31.0/21.5/2.6
--	--	--	--	---

29日

30日

しょうわ ひ 昭和の日 	たけのこ はん ぎゅうにゅう 筍ご飯、牛乳 たまご や 玉子焼き げんき 元気サラダ じる すまし汁 702/31.9/26.1/2.7
---	--

給食指導目標

たの きゅうしょく た
楽しく給食を食べよう



毎月第3日曜日は「茨城をたべよう Day」、それから始まる1週間は「茨城をたべよう Week」です！



★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。
★本校は、卵不使用のマヨネーズを使用しております。

