

5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

給食指導目標
しよつき はし つか かたし
食器や箸の使い方を知らう



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」となっています！

1日

2日

ぎゆうにゆう コッペパン、牛乳 とりにく 鶏肉のトマトソースがけ チーズとブロッコリーのサラダ だいこん 大根のスープ 705/30.5/28.7/2.9 (Kcal)/(g)/(g)/(g)	はん ぎゆうにゆう ご飯、牛乳 て や ハガツオの照り焼き かぼちゃのサラダ じる のっぺい汁 728/36.1/21.0/1.8
--	--

5日

6日

7日

8日

9日

こどもの日 	ふりかえきゆうじつ 振替休日 	とりなんばん 鶏南蛮うどん ぎゆうにゆう 牛乳 あ かき揚げ ちゅうか あ 中華和え 710/28.2/19.9/2.9	ぎゆうにゆう コッペパン、牛乳 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 766/32.2/25.9/2.9	むぎ はん ぎゆうにゆう 麦ご飯、牛乳 いちやほ めばるの一夜干し いた もの ビーフンの炒め物 なが あぶらあ みそしる 長ねぎと油揚げの味噌汁 702/35.5/19.0/2.6
-----------	-----------------------	--	---	---

12日

13日

14日

15日

16日

はん べんとうばこ ぎゆうにゆう ご飯(弁当箱)、牛乳 じゃがいものそぼろ煮 ブロッコリーのツナ和え じる なめこ汁 724/27.8/17.9/2.7	はん ぎゆうにゆう ご飯、牛乳 さいきょうや かますの西京焼き レモンマヨネーズサラダ そう みそしる ほうれん草の味噌汁 709/34.0/21.5/2.2	はん ぎゆうにゆう ご飯、牛乳 とりにく こや 鶏肉のパン粉焼き ひじきの煮物 かぶ みそしる 蕪の味噌汁 711/33.0/21.4/2.4	ぎゆうにゆう ハヤシライス(麦ご飯) 牛乳 いろど 彩りサラダ メロンゼリー 712/22.9/16.6/2.5	はん ぎゆうにゆう ご飯、牛乳 メンチカツ かみかみサラダ うみ だいち めぐ じる 海と大地からの恵み汁 738/29.2/18.5/2.7
--	--	--	--	---

19日

20日

21日

22日

23日

はん べんとうばこ ぎゆうにゆう ご飯(弁当箱)、牛乳 ミートボールの酢豚 カリフラワーのサラダ わかめスープ 739/24.0/24.7/2.9	むぎ はん ぎゆうにゆう 麦ご飯、牛乳 あまからあ に ブリの甘辛揚げ煮 ドレッシングサラダ いなかじる 田舎汁 731/31.9/24.5/2.1	しょうゆ 醤油ラーメン ぎゆうにゆう 牛乳 や ぎょうざ 焼き餃子 ちゅうか 中華サラダ 704/30.8/17.1/4.6	ぎゆうにゆう コッペパン、いちごジャム、牛乳 て や 照り焼きチキン ブロッコリーのソテー やさしい 野菜スープ 718/30.3/29.5/2.7	むぎ はん ぎゆうにゆう 麦ご飯、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 723/25.9/24.2/2.8
--	---	--	---	---

26日

27日

28日

29日

30日

はん べんとうばこ ぎゆうにゆう ご飯(弁当箱)、牛乳 やさしい とうにゅう 野菜とわかめの豆乳よせ ごますあ キャベツの胡麻酢和え さんぼうじる ごしょ三宝汁 701/32.4/19.2/2.5	はん ぎゆうにゆう ご飯、牛乳 ほっけフライ ビーンズサラダ たま みそしる 玉ねぎの味噌汁 745/31.2/17.3/2.2	にく み そ 肉味噌うどん ぎゆうにゆう 牛乳 しゅうまい ヨーグルト 710/27.6/22.1/3.0	ぎゆうにゆう コッペパン、牛乳 タコナゲット ナポリタン はくさい 白菜のスープ 725/28.0/26.4/2.9	はん ぎゆうにゆう ご飯、牛乳 しろみぎかな や 白身魚のマスタード焼き ジャーマンポテト みそしる キャベツの味噌汁 714/31.0/21.6/2.3
--	--	---	--	--

★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。

