

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

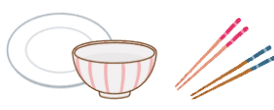
2日	3日	4日	5日	6日
おぎ はん ぎゅうにゅう 麦ご飯、牛乳 しおや ほっけの塩焼き にもの ひじきの煮物 わかたけじる 若竹汁 743/34.2/21.6/3.4 (Kcal)/(g)/(g)/(g)	憲法記念日 	みどりの日 	こどもの日 	ハヤシライス ぎゅうにゅう 牛乳 いろど 彩りサラダ あお 青うめゼリー 795/24.9/21.5/2.6

9日	10日	11日	12日	13日
はん べんとうばこ ぎゅうにゅう ご飯(弁当箱)、牛乳 にもの じゃがいもの煮物 ツナサラダ とうふ ふ みそしる 豆腐と麩の味噌汁 743/28.4/20.6/2.5	おぎ はん ぎゅうにゅう 麦ご飯、牛乳 だいにん ハンバーグの大根おろしがけ ごぼうサラダ まいたけ みそしる 舞茸の味噌汁 712/24.7/23.4/2.7	ごもく 五目うどん ぎゅうにゅう 牛乳 あ かき揚げ ちゅうか 中華サラダ 720/28.8/19.3/3.4	ぎゅうにゅう コッペパン、牛乳 ポークビーンズ ごまあ ブロccoliの胡麻和え フルーツポンチ 768/27.1/21.2/2.9	はん ぎゅうにゅう ご飯、牛乳 ほね 骨ごとさんまごま風味煮 ふうみに アスパラガスのサラダ じる のっぺい汁 762/28.9/26.4/2.3

16日	17日	18日	19日	20日
はん べんとうばこ ぎゅうにゅう ご飯(弁当箱)、牛乳 さわら さいきょうや 鱈の西京焼き スパゲッティサラダ チンゲンサイのスープ 765/31.4/25.4/2.5	おぎ はん ぎゅうにゅう 麦ご飯、牛乳 ツナメンチカツ ごますあ キャベツの胡麻酢和え いなかしる 田舎汁 760/23.5/15.9/2.1	スタミナラーメン ぎゅうにゅう 牛乳 しゅうまい カリフラワーのサラダ 726/30.1/24.1/3.2	ぎゅうにゅう コッペパン、牛乳 とりにく や 鶏肉のアップルソース焼き みずな えだまめ 水菜と枝豆のサラダ オニオンスープ 701/35.1/24.8/2.9	はん ぎゅうにゅう ご飯、牛乳 さけ みそ や 鮭の味噌マヨネーズ焼き わふう 和風サラダ みそしる じゃがいもの味噌汁 708/34.5/22.3/2.1

23日	24日	25日	26日	27日
はん べんとうばこ ぎゅうにゅう ご飯(弁当箱)、牛乳 ちくぜん に 筑前煮 からし あ 辛子和え とうふ みそしる 豆腐ときのこの味噌汁 703/29.2/17.5/2.7	はん ぎゅうにゅう ご飯、牛乳 ぶたにく いた 豚肉のごまだれ炒め あ ブロccoliのツナ和え かぶ みそしる 蕪の味噌汁 762/32.3/24.0/2.5	はん ぎゅうにゅう ご飯、牛乳 しるみぎかな や 白身魚のマスタード焼き きりぼしだいこん にもの 切干大根の煮物 はくさい みそしる 白菜の味噌汁 711/35.4/18.7/2.6	ぎゅうにゅう コッペパン、牛乳 とりにく 鶏肉のトマトソースがけ マリネサラダ やさい 野菜スープ 717/32.0/28.5/3.4	おぎ はん ぎゅうにゅう 麦ご飯、牛乳 かつおのフライ キャベツとコーンのサラダ じる みそけんちん汁 748/29.5/21.7/2.3

30日	31日
はん べんとうばこ ご飯(弁当箱) ぎゅうにゅう 牛乳 まーぼーどうふ 麻婆豆腐 はるさめ 春雨サラダ きくらげのスープ 770/30.9/21.8/2.8	はん わかめご飯 ぎゅうにゅう 牛乳 こまつな 小松菜まんじゅう ポテトサラダ なが あらあ みそしる 長ねぎと油揚げの味噌汁 735/27.5/26.4/2.9



給食指導目標

はつき はし つか かたし
 食器や箸の使い方を知ろう



★毎月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。

