

# 8月 給食献立予定表

R4.8.26 新潟市立西特別支援学校

日 (曜)	予 定 献 立	赤のなかま		黄のなかま		緑のなかま		エネルギー(kcal) タンパク質(g)	
		血や肉になる		力や熱のもとになる		体の調子をととのえる		小	中
29 (月)	ごはん			米				592 19	722 22
	ポークカレー	豚肉		じゃがいも	カレールー 油	にんじん	たまねぎ ふなしめじ グリーンピース にんにく		
	コーンサラダ				油		キャベツ きゅうり コーン		
	ぶどうゼリー			砂糖類	でん粉		ぶどう果汁		
	牛乳		牛乳						
30 (火)	ごはん			米				583 24	710 29
	マーボー丼	豆腐 豚ひき肉 みそ		三温糖	でん粉 油 ごま油	にら	ねぎ にんにく しょうが しいたけ きくらげ		
	切り干し大根のナムル			砂糖	ごま油 白いりごま	にんじん	切り干しだいこん きゅうり		
	冷凍みかん						みかん		
	牛乳		牛乳						
31 (水)	ごはん			米				557 24	684 28
	豚汁	豆腐 豚肉 みそ		じゃがいも		にんじん	なす ごぼう ねぎ		
	白身魚の南蛮漬け	たら		でん粉	三温糖 揚げ油 ごま油		しょうが ねぎ		
	ごまびたし				白いりごま 白すりごま	こまつな にんじん	もやし		
	牛乳		牛乳						