

# 4月 給食献立予定表

R6.4.9 新潟市立西特別支援学校

日 (曜)	予 定 献 立	黄のなかま		赤のなかま		緑のなかま		エネルギー(kcal) タンパク質(g)	
		熱や力のもとになる		血や肉になる		体の調子をととのえる		小	中
10 (水)	ごはん	米							
	ポークカレー	じゃがいも	油 ルー	豚肉		にんじん	たまねぎ ぶなしめじ グリーンピース にんにく	598 20	742 24
	ひじきサラダ		油	ハム	ひじき		キャベツ きゅうり		
	福神漬け	砂糖 砂糖類				にんじん しそ	だいこん なす れんこん しょうが		
	いちごゼリー	砂糖 砂糖類					いちご		
	牛乳				牛乳				
11 (木)	ごはん	米							
	のりの佃煮	水あめ 砂糖 でん粉 はちみつ			ひとえぐさ				
	豚汁	じゃがいも		生揚げ 豚肉 みそ		にんじん	ごぼう だいこん ねぎ つきこんにゃく		
	白身魚のたつた揚げ	でん粉	揚げ油	ほき					
	コーン入りひたし					こまつな	もやし コーン		
	牛乳				牛乳				
12 (金)	ごはん	米						574 26	724 32
	五目汁			豆腐		にんじん ほうれんそう	ぶなしめじ たけのこ ねぎ		
	豚肉のごまみそあえ	三温糖	白すりごま 白いりごま ごま油	豚肉 みそ			しょうが		
	野菜のきんぴら	じゃがいも 三温糖	油 白いりごま	さつま揚げ		にんじん さやいんげん	ごぼう つきこんにゃく		
	牛乳				牛乳				
15 (月)	ごはん	米						573 29	722 36
	春野菜の煮物	じゃがいも 三温糖 でん粉	油	豚肉 ちくわ 豆腐		にんじん	ごぼう たけのこ ぶき こんにゃく		
	あじの塩焼き			あじ					
	おひたし					こまつな	キャベツ		
	牛乳				牛乳				
16 (火)	ごはん	米						577 23	727 28
	小松菜のみそ汁	じゃがいも		生揚げ みそ		こまつな	ねぎ		
	煮込みハンバーグ	小麦粉 でん粉 パン粉 砂糖 三温糖		豚ひき肉 牛ひき肉 だいず			たまねぎ しょうが		
	昆布入り即席漬け				こんぶ	にんじん	キャベツ きゅうり		
	牛乳				牛乳				
17 (水)	ごはん	米						614 21	769 25
	ハヤシライス	じゃがいも	油 ルー	牛肉 豚肉	粉チーズ	にんじん トマト	たまねぎ にんにく しょうが グリーンピース		
	福神あえ	砂糖 砂糖類	白いりごま			にんじん しそ	キャベツ だいこん なす れんこん しょうが		
	乾燥プルーン						プルーン		
	牛乳				牛乳				
18 (木)	アップルパン	パン 砂糖					りんご	596 26	752 33
	にらたまスープ	でん粉		豆腐 卵		にら	えのきたけ ねぎ		
	ポイルソーセージ			フランクフルト ソーセージ					
	ビーンズサラダ	じゃがいも	ノンエッグ マヨネーズ	ハム だいず		にんじん	コーン きゅうり		
	牛乳				牛乳				

19 (金)	ごはん	米						626 25	776 32
	マーボー丼	三温糖 でん粉	油 ごま油	豆腐 豚ひき肉		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		
	プリン(アレルギー-28品目無し)	粉あめ 砂糖類 米 さつまいも	油						
	牛乳				牛乳				
22 (月)	ごはん	米						581 26	733 33
	あさりと玉ねぎのみそ汁			あさり 豆腐 みそ		こまつな	えのきだけ たまねぎ		
	豚肉と大豆のごまがらめ	でん粉 三温糖	揚げ油 白いりごま	たいす 豚肉			しょうが		
	塩もみ						キャベツ きゅうり		
	牛乳				牛乳				
23 (火)	ごはん	米						578 23	728 28
	けんちん汁	じゃがいも	油	豆腐		にんじん	ねぎ だいこん ごぼう つきこんにゃく		
	さばのみそ煮	砂糖類 砂糖 でん粉		さば みそ			しょうが		
	しめじ入りひたし	三温糖				こまつな	もやし ぶなしめじ		
	牛乳				牛乳				
24 (水)	ごはん	米						557 22	698 26
	じゃがいもの鶏そぼろ煮	じゃがいも 三温糖 でん粉	油	鶏ひき肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ たけのこ		
	じゃこ昆布	三温糖	白いりごま		こんぶ ちりめんじゃこ				
	たくあんあえ	砂糖類 砂糖					きゅうり キャベツ だいこん		
	いちご						いちご		
	牛乳				牛乳				
25 (木)	鶏五目ごはん	米 三温糖	油	鶏肉		にんじん	たけのこ ごぼう しいたけ	574 24	724 30
	生揚げとわかめのみそ汁	じゃがいも		生揚げ みそ	わかめ	こまつな			
	厚焼き卵	砂糖 でん粉	油	卵					
	アーモンドあえ	砂糖	アーモンド粉 アーモンド			ほうれんそう にんじん	切り干しだいこん キャベツ		
	牛乳				牛乳				
26 (金)	カレー味ごはん	米	油					602 21	769 27
	鶏肉ときのこのクリームソース	小麦粉	バター 油	鶏肉	粉チーズ 牛乳	にんじん ドライパセリ	ぶなしめじ たまねぎ		
	ツナとブロッコリーのサラダ		油	ツナ		ブロッコリー	キャベツ コーン たまねぎ		
	乾燥小魚	砂糖 水あめ				かたくちいわし			
	みかんジュース						みかんジュース		
30 (火)	ごはん	米						585 23	738 28
	山菜のみそ汁			生揚げ みそ		さやえんどう	わらび たけのこ だいこん えのきだけ		
	野菜と車麩の揚げ煮	でん粉 じゃがいも くるまふ 砂糖	揚げ油	豚肉		さやいんげん	しょうが ごぼう		
	わかめ漬け	水あめ	白いりごま		わかめ		キャベツ きゅうり		
	牛乳				牛乳				