

4月 給食献立予定表

R8.4.9 新潟市立西特別支援学校

日 (曜)	予定献立	黄のなかま 力や熱のもとになる		赤のなかま 血や肉になる		緑のなかま 体の調子をととのえる		エネルギー(kcal) タンパク質(g)	
		小	中	小	中	小	中	小	中
10日 (金) 小1年 給食なし	ごはん	米							
	ポークカレー	じゃがいも 砂糖 でん粉 米粉	ルウ(パーム油・なたね油) サラダ油	豚肉		にんじん トマトペースト	たまねぎ グリンピース にんにく しめじ	618 19	768 24
	コーンサラダ		サラダ油				キャベツ きゅうり ホールコーン		
	いちごゼリー	糖類(果糖ぶどう糖液糖, 麦芽糖, 砂糖)					いちご		
	牛乳				牛乳				
ごはん	米								
13日 (月) 小1年 給食なし	五目汁			木綿豆腐	出し昆布	にんじん ほうれんそう	ねぎ たけのこ ぶなしめじ	572 25	720 32
	豚肉のごまみそあえ	三温糖	すりごま ごま ごま油	豚肉 みそ			しょうが		
	ハム入りシャキシャキサラダ	じゃがいも	サラダ油	ロースハム		にんじん	きゅうり		
	牛乳				牛乳				
	ごはん	米							
14日 (火) 小1年 給食なし	春野菜の煮物	じゃがいも 三温糖 三角こんにゃく		豚肉 がんもどき(大豆)		にんじん	ごぼう たけのこ ふき	569 28	716 35
	あじの塩焼き			あじ					
	ごまあえ	砂糖	ねりごま すりごま			にんじん こまつな	キャベツ		
	牛乳				牛乳				
	ごはん	米							
15日 (水) 小1年 給食開始	マーボー丼の具	三温糖 でん粉 玄米粉	サラダ油 ごま油	木綿豆腐 豚肉挽肉 大豆ミート(脱脂大豆) みそ		にら	ねぎ にんにく しょうが しいたけ きくらげ	629 25	779 32
	ごま入りもやしのナムル	砂糖	ごま ごま油			こまつな	もやし ホールコーン		
	プリン(アレルギー-28品目無し)	粉あめ ぶどう糖果糖液糖 グラニュー糖 さつまいも							
	牛乳				牛乳				
	フルーツパン	コッペパン(小麦)			スキムミルク(乳)		レーズン グリーンレーズン クランベリー パイナップル		
16日 (木)	ABCマカロニ入り野菜スープ	じゃがいも マカロニ(小麦)	サラダ油	ショルダーベーコン		にんじん	たまねぎ チンゲンサイ	554 23	697 28
	ウィンナー ケチャップソースかけ			フランクフルトソー セージ(豚肉,食塩,砂糖, 香辛料)					
	こまつなサラダ		サラダ油	ツナ		こまつな にんじん	キャベツ		
	牛乳				牛乳				
	ごはん	米							
17日 (金)	かきたま汁	でん粉		卵 木綿豆腐		こまつな にんじん	ねぎ	628 25	796 31
	白身魚フライ	パン粉 小麦粉 でん粉	揚げ油	ほき					
	チャプチェ	はるさめ 砂糖	ごま油	とりひき肉		にんじん	にんにく しょうが たけのこ きゅうり きくらげ		
	牛乳				牛乳				
	ごはん	米							
20日 (月)	若竹汁			木綿豆腐 みそ	わかめ		えのきたけ ねぎ たけのこ	622 26	787 32
	煮込みハンバーグ	でん粉 糖類(砂糖 ぶどう糖)三温糖		鶏肉 豚肉 牛脂 粒状植物性たん白・つ なぎ(大豆)			しょうが にんにく たまねぎ		
	ビーンズサラダ	じゃがいも	卵抜きマヨネーズ	だいず		にんじん	きゅうり ホールコーン		
	牛乳				牛乳				
	ごはん	米							

21日 (火)	ごはん	米						567 24	710 29
	肉じゃが	じゃがいも しらたき 三温糖	サラダ油	豚肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ		
	手作りふりかけ	砂糖	ごま ごま油	かつお節	ちりめんじゃこのり				
	たくあんあえ						きゅうり キャベツ たくあん		
	いちご						いちご		
	牛乳				牛乳				
22日 (水)	ごはん	米						612 23	774 29
	春キャベツのみそ汁	じゃがいも		生揚げ みそ			ねぎ キャベツ		
	チキンたれかつ	パン粉 加工澱粉(タピオカスターチ,馬鈴薯澱粉)澱粉(コーンスターチ)三温糖	揚げ油	鶏むね肉					
	コーン入りひたし					こまつな にんじん	もやし ホールコーン		
	牛乳				牛乳				
23日 (木)	ごはん	米						579 22	730 27
	けんちん汁	じゃがいも つきこんにゃく	サラダ油	油揚げ		にんじん	ねぎ だいこん ごぼう		
	さばのみそ煮	砂糖 でん粉		さば みそ					
	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日 (金)	ごはん	米						594 25	750 31
	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 えのきたけ		
	鶏肉と大豆のごまがらめ	でん粉 三温糖	揚げ油 ごま	だいたい 鶏肉			しょうが		
	わかめあえ				わかめ	にんじん	キャベツ きゅうり		
	牛乳				牛乳				
27日 (月)	ごはん	米						611 24	773 30
	小松菜のみそ汁	じゃがいも		生揚げ みそ		こまつな にんじん	ねぎ		
	カレーの南蛮漬け	三温糖 馬鈴薯澱粉	揚げ油 ごま油	カレー			しょうが ねぎ		
	ごまネーズあえ	砂糖	すりごま 卵抜きマヨネーズ			にんじん	キャベツ きゅうり ホールコーン		
	牛乳				牛乳				
28日 (火)	カレー味ごはん	米	サラダ油					573 19	736 25
	鶏肉としめじのクリームソース	ルウ(小麦粉)	ルウ(バター【乳】) サラダ油	鶏肉 ショルダーベーコン	粉チーズ 牛乳	にんじん 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		サラダ油	ツナ		ブロッコリー	キャベツ ホールコーン たまねぎ		
	オレンジジュース						温州みかん濃縮果汁		
30日 (木)	鶏五目ごはん	米 三温糖	サラダ油	鶏肉		にんじん	たけのこ ごぼう しいたけ	546 25	678 30
	生揚げとわかめの味噌汁	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(米)	大豆油	鶏卵					
	のりずあえ			ツナ	のり	ほうれんそう にんじん	もやし		
	乾燥プルーン						プルーン		
	牛乳				牛乳				