



6月 学校給食献立表

福岡県立田主丸特別支援学校

| 日付 曜日 | 献立名 | 行事 など | 材 料 名 | | | エネルギー(kcal) | | |
|--|---|-------------------|--|---|--|--------------------|-------------|------|
| | | | 主に体をつくるものになる (赤色のなかまの食べ物) | 主に体の調子を整えるものになる (緑のなかまの食べ物) | 主にエネルギーのもとになる (黄色のなかまの食べ物) | たんぱく質(g) | たんぱく質(g) | |
| | | | 小学校 | 中・高 | 小学校 | 中・高 | | |
| 1 (水) | 白ごはん 牛乳 肉じゃが おなか和え かきたま汁 | ☆ | 牛乳 わかめ 豚肉 かつお節 豆腐 卵 | 人参 いんげん ブロccoli ほうれん草 玉ねぎ 糸こんにゃく えのきだけ | 米 砂糖 じゃがいも 菜種油 ごま | 567 24.9 | 714 31.1 | |
| 2 (木) | コッペパン 牛乳 いちじくジャム スパゲティナポリタン 麦と野菜のスープ キウイフルーツ | ☆ | 牛乳 ベーコン 鶏肉 | ピーマン トマト 人参 パセリ 玉ねぎ にんにく セロリ キャベツ キウイフルーツ | コッペパン いちじくジャム 砂糖 スパゲッティ 麦 菜種油 オリーブ油 | 606 21.9 | 732 26.2 | |
| 3 (金) | 梅じゃこごはん 牛乳 ミンチカツ ポテトきんぴら みそ汁 ぶどうゼリー | 「虫歯の 日」献立 | 牛乳 ミンチカツ 豚肉 みそ 白す干 茎わかめ わかめ | 人参 かぼちゃ 小松菜 梅肉 えのきだけ ぶどうジュース | 米 じゃがいも 砂糖 ごま 菜種油 ごま油 | 727 25.5 | 866 29.5 | |
| 6 (月) | 白ごはん 牛乳 さんまのみぞれ煮 野菜の土佐漬 五目汁 | ☆ | 牛乳 茎わかめ さんまのみぞれ煮 かつお節 油揚 | 人参 小松菜 きゅうり もやし きくらげ 玉ねぎ | 米 砂糖 | 512 20.6 | 632 24.9 | |
| 7 (火) | ホットドッグ (パン ウィナー ソテー) 牛乳 あさりのトマトスープ ヨーグルト | ☆ | 牛乳 ヨーグルト 鶏肉 ウィナー あさり | 人参 トマト パセリ キャベツ 玉ねぎ | コッペパン 砂糖 菜種油 じゃがいも オリーブ油 | 633 30.5 | 702 33.9 | |
| 8 (水) | 麦ごはん 牛乳 白身魚の梅焼き すき昆布の炒め煮 みそ汁 | ☆ | 牛乳 すき昆布 凍り豆腐 ホキ みそ | 人参 小松菜 梅肉 枝豆 糸こんにゃく 玉ねぎ 椎茸 | 麦 米 砂糖 じゃがいも ごま 菜種油 | 519 23.8 | 644 29.0 | |
| 9 (木) | やまがたパン 牛乳 りんごジャム ミートオムレツ アーモンドサラダ クリームシチュー | ☆ | 牛乳 チーズ 生クリーム ミートオムレツ 鶏肉 豆乳 いんげんまめ | 人参 いんげん キャベツ きゅうり コーン 玉ねぎ | 山型パン 砂糖 じゃがいも 小麦粉 アーモンド 菜種油 バター りんごジャム | 714 29.5 | 827 33.7 | |
| 10 (金) | ポーカレライス(麦ごはん) 牛乳 ほうれん草とコーンのソテー オレンジ | ☆ | 牛乳 レンズ豆 豚肉 ヨーグルト チーズ | 人参 ほうれん草 玉ねぎ グリーンピース しょうが にんにく コーン オレンジ | 麦 米 じゃがいも 菜種油 カレールウ バター | 594 21.5 | 746 26.5 | |
| 13 (月) | 麦ごはん 牛乳 魚のピザ風焼 ごぼうのナッツサラダ レンズ豆のスープ | ☆ | 牛乳 チーズ メルルーサ ツナ ウィナー レンズ豆 | ピーマン 人参 パセリ コーン 玉ねぎ ごぼう きゅうり セロリ にんにく | 麦 米 じゃがいも アーモンド | 607 28.7 | 755 33.3 | |
| 14 (火) | 胚芽コッペパン 牛乳 チーズハンバーグ 野菜サラダ オニオンスープ キウイフルーツ | ☆ | 牛乳 チーズ ハンバーグ ハム 鶏肉 | グリーンアスパラ ピーマン 人参 パセリ セロリ キャベツ 玉ねぎ キウイフルーツ | 胚芽パン 菜種油 ノンエッグハーファヨネーズ | 683 29.3 | 769 32.9 | |
| 15 (水) | 白ごはん 牛乳 さばのみぞれ煮 ごま酢あえ 豆乳みそ汁 | ☆ | 牛乳 さばのみぞれ煮 みそ 豆腐 豆乳 | 人参 小松菜 ほうれん草 コーン えのきだけ 玉ねぎ | 米 砂糖 ごま | 591 23.1 | 699 26.7 | |
| 16 (木) | ミルクねじりパン 牛乳 ポトフ ほうれん草とチーズのごまよじ オレンジ | ☆ | 牛乳 チーズ ウィナー 豚肉 | 人参 ほうれん草 玉ねぎ キャベツ オレンジ | ミルクパン じゃがいも 砂糖 黒ごま | 556 26.0 | 652 31.1 | |
| 17 (金) | 麦ごはん 牛乳 厚揚げの中華煮 中華サラダ わかめスープ | ☆ | 牛乳 わかめ 鶏肉 えび 厚揚げ ツナ 豆腐 | いんげん 人参 テンゲン菜 たけのこ 玉ねぎ 椎茸 しょうが きゅうり キャベツ | 麦 米 砂糖 春雨 菜種油 ごま油 ごま | 536 21.9 | 673 27.2 | |
| 20 (月) | 麦ごはん 牛乳 揚げ魚の野菜あんかけ わかめサラダ みそ汁 | ☆ | 牛乳 わかめ シイラ みそ 厚揚げ 油揚 | ピーマン 人参 ねぎ 椎茸 玉ねぎ たけのこ きゅうり キャベツ | 麦 米 でん粉 菜種油 ごま油 | 565 28.6 | 693 32.6 | |
| 21 (火) | コッペパン 牛乳 カレーうどん 野菜ソテー スライスパン | ☆ | 牛乳 鶏肉 豚肉 | ねぎ 人参 ピーマン 玉ねぎ しめじ キャベツ にんにく パイン | コッペパン うどん類 菜種油 カレールウ | 532 22.8 | 622 27.0 | |
| 22 (水) | 豚丼(麦ごはん) 牛乳 しらすあえ 豆腐のスープ | ☆ | 牛乳 白す干 わかめ みそ 豚肉 豆腐 | いんげん 人参 ほうれん草 たら 玉ねぎ 椎茸 しょうが コーン えのきだけ | 麦 米 砂糖 でん粉 菜種油 ごま ごま油 | 576 25.1 | 725 31.5 | |
| 23 (木) | 黒糖コッペパン 牛乳 ポークビーンズ グリーンサラダ マンゴープリン | ☆ | 牛乳 チーズ みそ マンゴープリン 豚肉 大豆 | 玉ねぎ グリンピース キャベツ きゅうり グリーンアスパラ 人参 | 黒糖パン 砂糖 じゃがいも 菜種油 アーモンド | 615 25.9 | 725 31.0 | |
| 24 (金) | 麦ごはん 牛乳 ピリッと肉じゃが 切干大根のサラダ 沢庵漬 | ☆ | 牛乳 芽ひじき 豚肉 赤出しみそ ツナ 鶏肉 | いんげん 人参 ねぎ 玉ねぎ 椎茸 にんにくしょうが 切干大根 もやし きゅうり キャベツ ごぼう こんにゃく | 麦 米 じゃがいも 砂糖 菜種油 ごま油 ノンエッグハーファヨネーズ | 549 22.4 | 690 27.8 | |
| 27 (月) | 麦ごはん 牛乳 わかさぎのレモン漬け 切干大根の昆布和え うち豆汁 | 郷土 料理 「豊後県」 | 牛乳 わかさぎ 昆布佃煮 大豆 厚揚げ みそ | レモン 切干大根 きゅうり こんにゃく 根深ねぎ | 麦 米 砂糖 じゃがいも 菜種油 ごま ごま油 | 560 23.8 | 705 29.6 | |
| 28 (火) | 米粉パン 牛乳 焼きビーフン レタスのスープ 焼きぎょうざ | ☆ | 牛乳 えび あさり 豚肉 鶏肉 ぎょうざ | ピーマン 人参 玉ねぎ 椎茸 キャベツ レタス しょうが | 米粉パン ビーフン じゃがいも でん粉 ごま油 菜種油 | 600 26.5 | 683 30.2 | |
| 29 (水) | 白ごはん 牛乳 とんかつ ごまあえ すまし汁 りんごゼリー | ☆ | 牛乳 わかめ とんかつ 竹輪 豆腐 いわしミニボール | 人参 ほうれん草 ねぎ キャベツ えのきだけ りんごジュース | 米 砂糖 砂糖 ごま 菜種油 | 611 25.2 | 739 29.4 | |
| 30 (木) | 食パン ココアクリーム 牛乳 豆腐のミートグラタン 野菜と雑穀の卵スープ オレンジ | ☆ | 牛乳 チーズ 豚ミンチ 豆腐 鶏肉 卵 えんどうまめ ひよこまめ レンズまめ 大豆 あずき | パセリ 人参 椎茸 玉ねぎ セロリ キャベツ オレンジ | 食パン ココアクリーム 麦 オリーブ油 もち麦 玄米 赤米 きび | 639 28.8 | 757 34.9 | |
| ※本校の給食は、小郡特別支援学校で調理し、本校まで配送する「親子給食」の形態をとっています。 | | | | | | 月平均エネルギー (kcal) | 595 | 716 |
| ※物資の都合により、献立が変更になることがあります。 | | | | | | 月平均たんぱく質 (g) | 25.3 | 30.0 |