



# がっ 9月 学校給食献立表

がっ 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	エネルギー	
			体をつくるものになるもの (赤色のなかまの食べ物)	主に体の調子を整えるもの (緑色のなかまの食べ物)	エネルギーのもとになるもの (黄色のなかまの食べ物)	たんぱく質 小	たんぱく質 中高	
2 (金)	白ごはん 牛乳 ふりかけ 白身魚いその香天ぷら 茎わかめと野菜の土佐づけ 豆乳みそ汁 ぶどうゼリー	☆	牛乳 かつおぶし しろみざかなのいそのか天ぷら みそ とうふ とうにゅう のりたまご くきわかめ	にんじん ねぎ きゅうり セロリー キャベツ たまねぎ えのきだけ	米 さとう じゃがいも 菜種油 ぶどうゼリー	595 21.7	706 24.9	
5 (月)	麦ごはん 牛乳 あなご丼 酢のもの さわにわん	☆	牛乳 たまご あなご ハム ぶたにく	にんじん ねぎ キャベツ きゅうり もやし ごぼう こんにやく しいたけ	米 麦 はるさめ さとう ごま	549 25.2	691 31.6	
6 (火)	食パン 牛乳 いちごジャム クリームシチュー ほうれんそうとコーンのソテー	☆	牛乳 とりにく とうにゅう しろいんげん豆 なまクリーム チーズ	にんじん いんげん ほうれんそう たまねぎ コーン	パン いちごジャム こむぎこ じゃがいも バター 菜種油	594 23.3	698 27.8	
7 (水)	麦ごはん 牛乳 いそ煮 切干大根のサラダ みそ汁	☆	牛乳 だいず あぶらあげ とりにく みそ とうふ わかめ くきわかめ	にんじん いんげん ほうれんそう ねぎ こんにやく 切干だいこん えのきだけ	米 麦 じゃがいも さとう 菜種油 ごま ねりごま ノンエッグマヨネーズ	596 25.6	752 32.0	
8 (木)	米粉パン 牛乳 スパゲッティシリアン じゃがいもとたまごのスープ	☆	牛乳 だいず ぶたミンチ たまご	トマト にんじん パセリ たまねぎ セロリー なす にんにく	こめこパン スパゲティ さとう じゃがいも でんぶん 菜種油	617 25.8	711 29.6	
9 (金)	ゆかりごはん 牛乳 月見むし ごまあえ すまし汁 お月見デザート	お月 見 献立	牛乳 とりミンチ ニョッキ みそ こうやどうふ とうにゅう はんぺん	しそ にんじん ほうれんそう たまねぎ 生姜 もやし しめじ ねぎ	米 でんぶん さとう ごま お月見デザート	524 24.0	647 29.9	
12 (月)	麦ごはん 牛乳 あつあげの中華みそに キャベツとチキンのサラダ 春雨スープ	☆	牛乳 あかみそ あつあげ ぶたにく とりにく かまぼこ	にんじん チンゲンサイ ほうれんそう たまねぎ たけのこ しいたけ しょうが キャベツ えのきだけ	米 麦 さとう はるさめ 菜種油 ごま ごま油	542 21.5	680 26.6	
13 (火)	フィッシュバーガー 牛乳 (ハン 魚フライ 野菜サラダ) 野菜と雑穀の卵スープ スライスパン	☆	牛乳 ホキフライ たまご ベーコン えんどう豆 ひよこ豆 レンズ豆 だいず あずき	にんじん パセリ キャベツ きゅうり セロリー たまねぎ パイン	パン さとう 菜種油 大麥 もち麦 玄米 赤米 きび ノンエッグマヨネーズ	629 25.4	705 27.9	
14 (水)	麦ごはん 牛乳 ぶりの照り焼き みそ とうふ ぶたにく しらす干し ほうれん草のナムル ぶた汁	☆	牛乳 ぶりの照り焼き みそ とうふ ぶたにく しらす干し	ほうれんそう にんじん ねぎ もやし キャベツ こんにやく しいたけ	米 麦 さとう ごま油 ごま じゃがいも 菜種油	673 34.5	790 38.6	
15 (木)	パンパン 牛乳 まるてんうどん 五目野菜いため	☆	牛乳 天ぷら ぶたにく	にんじん ねぎ ピーマン たまねぎ キャベツ	パンパン うどんめん 菜種油	560 25.2	643 29.9	
16 (金)	白ごはん 牛乳 のり佃煮 ポークリゼンソース むし野菜 キャベツとひよこ豆のスープ	☆	牛乳 ぶたにく ひよこめ ベーコン のりつくだに	グリーンアスパラ ブロッコリー にんじん パセリ たまねぎ しょうが にんにく キャベツ	パン はちみつ じゃがいも オリーブ油	603 23.2	742 27.6	
20 (火)	黒糖コッペパン 牛乳 焼きハンバーグ 和風サラダ とうふスープ	☆	牛乳 ハンバーグ ツナ とうふ わかめ	にんじん ほうれんそう たまねぎ きゅうり キャベツ ねぎ	黒糖パン さとう ごま油	567 26.6	669 29.9	
21 (水)	麦ごはん 牛乳 なすと大豆のミートソース煮 ちくさやき すまし汁	☆	牛乳 干草焼 大豆 ぶたミンチ 牛ミンチ とうふ	にんじん ねぎ なす たまねぎ しめじ 枝豆	米 麦 さとう ふ 菜種油 ごま油 小麦粉	668 31.1	803 36.8	
22 (木)	食パン 牛乳 ピーナツクリーム ししゃもフライ 野菜スープ ほうれんそうとしめじのサラダ	☆	牛乳 ツナ ベーコン ししゃもフライ	ほうれんそう にんじん パセリ しめじ セロリー キャベツ たまねぎ	パン じゃがいも 菜種油 ピーナツクリーム	627 23.8	734 28.8	
26 (月)	麦ごはん 牛乳 きびなごのあまからあげ 手作りはりはりづけ さつま汁	鹿児島 の 料理	牛乳 みそ とりにく きびなご	にんじん こまつな たくあん たまねぎ ごぼう 切干だいこん こんにやく キャベツ	米 麦 さとう さつまいも ごま 菜種油 黒ごとう	552 25.7	705 32.4	
27 (火)	山型パン 牛乳 ココアクリーム ミートオムレツ 野菜ソテー イタリアンチーズスープ	☆	牛乳 オムレツ ぶたにく ベーコン チーズ	にんじん ピーマン パセリ キャベツ たまねぎ にんにく コーン	パン ココアクリーム パンこ じゃがいも 菜種油	622 28.6	694 32.2	
28 (水)	五目チャーハン 牛乳 ぎょうざ ブロッコリーのおかか和え チンゲンサイのスープ	☆	牛乳 やきぶた えび ぎょうざ とりにく かつお節	にんじん ブロッコリー ちんげんさい たまねぎ コーン ねぎ しょうが きくらげ しいたけ	米 さとう ごま 菜種油 ごま油	565 24.6	677 29.1	
29 (木)	ミルクねじりパン 牛乳 やきそば キウイフルーツ 中華風野菜たっぷりスープ	☆	牛乳 えび ぶたにく とりにく	にんじん ほうれんそう たまねぎ もやし キャベツ たけのこ きくらげ キウイフルーツ	ミルクパン 菜種油 ちゃんぽんめん	575 28.3	645 33.2	
30 (金)	麦ごはん 牛乳 チキンカレーライス アーモンドサラダ ムース	☆	牛乳 とりにく チーズ ムース	にんじん たまねぎ グリンピース しょうが にんにく きゅうり コーン キャベツ	米 麦 じゃがいも カレーウ 菜種油 アーモンド	662 21.9	812 26.7	
※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。						エネルギー (kcal)	596	711
※物資の都合により 献立が変更になることがあります。						たんぱく質(g)	25.6	30.3