３月学校給食予定献立表

福岡県立築城特別支援学校

令和５年

日	曜	献立名			おもな食品とその働き			栄養価（ｴﾈﾙｷﾞｰ：kcal）	
		主食	牛乳	おかず・デザート	体を作る（赤）	働くカになる（黄）	体の調子をよくする（緑）	小学部 低学年	中学部 高等部
2	木	ごはん		えびフライ、タルタルソース 切干大根のサラダ わかめのみそ汁	えび、卵、わかめ 油揚げ、みそ 牛乳	米、小麦粉、油 パン粉、ごま マヨネーズ、砂糖	玉ねぎ、切干大根、人参 きゅうり、キャベツ えのき、ねぎ	494	709
3	木	ミルク 丸パン		ハンバーグ、ケチャップソース 野菜のドレッシング和え オニオンスープ、ひなまつりゼリー	牛肉、豚肉、ハム ベーコン、牛乳	パン、砂糖	キャベツ、きゅうり 玉ねぎ、ほうれん草、トマト	524	682
6	月	麦ごはん		さばのゆずみそ煮 ひじきの炒め煮 かきたま汁	さば、ひじき、みそ 鶏肉、天ぷら、卵 かまぼこ、牛乳	米、麦、ごま 砂糖	人参、いんげん、干椎茸 玉ねぎ、ねぎ、ゆず	501	698
7	火	ごはん		韓国のり、チャプチェ 豆腐のみそ汁 すだちゼリー	のり、牛肉、豆腐 油揚げ、みそ 牛乳	米、ごま、砂糖 春雨、油	玉ねぎ、人参、ピーマン にら、エリンギ、生姜 エリンギ、えのき、ねぎ	493	710
9	木	ごはん		あじフリッター（小2個、中高3個） キャベツのナッツ和え えのきのみそ汁	あじ、油揚げ みそ、牛乳	米、小麦粉、油 アーモンド	キャベツ、人参、えのき 玉ねぎ、ねぎ	480	699
10	金	ミルク ロールパン		ブロッコリーのサラダ ビーフシチュー アセロラゼリー	牛肉、ハム 牛乳	パン、油、砂糖 じゃがいも バター	ブロッコリー、玉ねぎ マッシュルーム グリンピース、アセロラ	499	681
13	月	ごはん		中華丼 ぎょうざ（小1個、中高2個） わかめスープ	豚肉、いか、えび かまぼこ、わかめ ベーコン、牛乳	米、でんぷん 小麦粉	キャベツ、もやし、人参 玉ねぎ、生姜、ねぎ ほうれん草	464	710
14	火	うどん		カレーうどん 豆と野菜のサラダ いちごヨーグルト	牛肉、粉チーズ、ハム いんげん豆、ひよこ豆 ヨーグルト、牛乳	うどん、油 小麦粉、砂糖 じゃがいも	玉ねぎ、人参、にんにく キャベツ、いちご	501	706
15	水	ごはん		ささみカツ たまごサラダ かぼちゃのみそ汁	鶏肉、卵、ハム 油揚げ、みそ 牛乳	米、ごま ノンエッグマヨネーズ 油	キャベツ、玉ねぎ、えのき かぼちゃ、ねぎ	488	685
16	木	ごはん		のり佃煮 いりどり もずくのすまし汁	のり、鶏肉 かまぼこ 牛乳	米、砂糖、油 カシューナッツ	たけのこ、干椎茸、人参 ごぼう、糸こんにゃく いんげん、えのき、ねぎ	462	679
17	金	キャロット パン		チキンハンバーグ コロコロポテトサラダ キャベツのスープ、プリン	鶏肉、ハム ベーコン、卵 牛乳	パン、じゃがいも ノンエッグマヨネーズ 砂糖	人参、きゅうり、玉ねぎ キャベツ、ほうれん草	519	732

※　食材料の入荷等の都合により、献立や食材料の一部を変更することがあります。