５月学校給食予定献立表

令和５年

福岡県立築城特別支援学校

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
1	月	ごはん		ミートボールのケチャップ煮 ポトフ 味付のり	豚肉、鶏肉 のり、牛乳	米、砂糖 じゃがいも	玉ねぎ、人参、しめじ、トマト マッシュルーム、いんげん カリフラワー、キャベツ	454	670
2	火	麦ごはん		ホキ青のり天ぷら キャベツのナッツ和え 魚そうめん汁、八女茶ムース 【行事食】八十八夜	ホキ、青のり 魚すり身、牛乳	米、麦、小麦粉 油、アーモンド 砂糖	キャベツ、人参、えのき 玉ねぎ、ねぎ、お茶	517	678
8	月	ごはん		豚肉のおろしポン酢炒め ごぼうサラダ 具だくさんすまし汁	豚肉、ツナ、鶏肉 かまぼこ、豆腐 油揚げ、牛乳	米、ごま マヨネーズ	大根、にら、生姜、人参 きゅうり、干椎茸、ねぎ	452	670
9	火	ごはん		さばの生姜煮 切干大根の煮物 キャベツのみそ汁	さば、鶏肉、天ぷら わかめ、みそ 油揚げ、牛乳	米、砂糖、油	生姜、切干大根、人参 干椎茸、いんげん、キャベツ 玉ねぎ、ねぎ	511	702
10	水	ごはん		肉詰めいなり 高菜の油炒め 豚汁	鶏肉、油揚げ しらす干し、豚肉 みそ、牛乳	米、砂糖、油	高菜、大根、ごぼう 干椎茸、玉ねぎ、ねぎ 糸こんにゃく	476	666
11	木	ごはん		春巻（小１本、中高２本） ゆかり和え レタスと卵のスープ	豚肉、鶏肉 卵、牛乳	米、小麦粉、油 でんぷん	たけのこ、玉ねぎ、もやし キャベツ、人参、しそ レタス	467	714
12	金	パン はちみつ＆ マーガリン		チリコンカン 野菜スープ	豚肉、大豆 ベーコン、牛乳	パン、はちみつ マーガリン じゃがいも	玉ねぎ、人参、トマト にんにく、玉ねぎ、パセリ キャベツ	469	715
15	月	ごはん		カレーライス フレンチサラダ ヨーグルト	牛肉、粉チーズ ハム、ヨーグルト 牛乳	米、じゃがいも 小麦粉、油 砂糖	玉ねぎ、にんにく、人参 グリンピース、キャベツ きゅうり	502	720
16	火	ごはん		メンチカツ ブロッコリーのごま酢和え きのこのみそ汁	豚肉、鶏肉 油揚げ、みそ 牛乳	米、小麦粉、パン粉 油、ごま、砂糖	ブロッコリー、えのき しめじ、玉ねぎ、ねぎ	516	702
17	水	うどん		五目うどん 根菜入りつくね ココアワッフル	鶏肉、かまぼこ 油揚げ、卵 牛乳	うどん、小麦粉 油	玉ねぎ、人参、干椎茸 ねぎ、れんこん、ごぼう	500	663
18	木	ごはん		いりどり とび魚団子のすまし汁 ふりかけ	鶏肉、とび魚 のり、かつお節 牛乳	米、カシューナッツ 油、砂糖	たけのこ、干椎茸、人参 ごぼう、こんにゃく いんげん、えのき、ねぎ	478	706
19	金	ミルク ロール パン		ツナと大豆のサラダ ビーフシチュー キウイフルーツ	ツナ、大豆 牛肉、粉チーズ 牛乳	パン、砂糖、油 小麦粉、バター じゃがいも	ほうれん草、キャベツ、人参 きゅうり、玉ねぎ、オレンジ マッシュルーム、グリンピース	459	707
22	月	ごはん		しゅうまい（小１個、中高２個） いかとアスパラガスのソテー コーン入り卵スープ	豚肉、いか、卵 ベーコン、牛乳	米、小麦粉、バター でんぷん	玉ねぎ、アスパラガス コーン、玉ねぎ、ねぎ	441	668
23	火	キムチごはん		あじフライ 切干大根のサラダ えのきのすまし汁	あじ、豚肉 かまぼこ、牛乳	米、砂糖、ごま 小麦粉、パン粉 油	キムチ、生姜、人参 切干大根、キャベツ きゅうり、えのき、ねぎ	453	702
24	水	ごはん		かぼちゃの煮物 わかめのみそ汁 納豆	鶏肉、わかめ 油揚げ、みそ 納豆、牛乳	米、砂糖	かぼちゃ、玉ねぎ、人参 いんげん、ねぎ	503	712
25	木	ごはん		ハンバーグ（ケチャップソース） コロコロポテトサラダ もやしのみそ汁	牛肉、豚肉、ハム 油揚げ、みそ 牛乳	米、砂糖、じゃがいも マヨネーズ	人参、玉ねぎ、きゅうり トマト、もやし、ねぎ	505	695
26	金	ミルク 背割り パン		ウインナー（小１本、中高２本） ハムサラダ オニオンスープ、オレンジ	ウインナー、ハム 卵、ベーコン 牛乳	パン、マヨネーズ	キャベツ、玉ねぎ、人参 ほうれん草、オレンジ	447	683
29	月	ごはん		八宝菜 わかめスープ さつまポテト	豚肉、いか かまぼこ、ベーコン わかめ、牛乳	米、油、でんぷん さつまいも	たけのこ、玉ねぎ、生姜 干椎茸、人参、ちんげん菜 ほうれん草	483	667
30	火	ごはん		千草卵焼き ビーフンソテー ごぼうのみそ汁	卵、豚肉 豆腐、みそ 牛乳	米、ビーフン 油	人参、玉ねぎ、生姜 もやし、ピーマン、ごぼう えのき、ねぎ	479	661
31	水	スパゲティー		スープスパゲティー 豆と野菜のサラダ りんごゼリー	鶏肉、ベーコン、ハム 粉チーズ、ひよこ豆 赤いんげん豆、牛乳	スパゲティー、バター オリーブオイル 砂糖	玉ねぎ、人参、にんにく ほうれん草、マッシュルーム キャベツ、りんご	476	683

※　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。