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６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
4	月	ごはん		さばのホイル焼き ビーフンソテー えのきのすまし汁、ひなあられ	さば、みそ 豚肉、かまぼこ 牛乳	米、砂糖、油 ビーフン	もやし、玉ねぎ、生姜 人参、ピーマン、ねぎ	512	706
5	火	ごはん		メンチカツ ごま和え 大根のみそ汁	牛肉、豚肉 わかめ、みそ 牛乳	米、小麦粉、油 パン粉、砂糖 ごま	ほうれん草、もやし、人参 大根、大根、玉ねぎ、ねぎ	489	673
6	水	わかめごはん		千草卵焼き ハムと大豆のサラダ ごぼう団子のすまし汁	わかめ、しらすぼし 卵、ハム、大豆 魚すり身、牛乳	米、砂糖、油 ノンエッグマヨネーズ	人参、玉ねぎ、人参 ほうれん草、ごぼう えのき、ねぎ	491	682
7	木	ごはん		チャプチェ もやしのみそ汁 すだちゼリー	牛肉、油揚げ みそ、牛乳	米、春雨、ごま 砂糖	玉ねぎ、人参、ピーマン にら、エリンギ、にんにく 生姜、もやし、ねぎ、すだち	482	695
11	月	ごはん		いわしの生姜煮 切干大根の炒め煮 かぼちゃのみそ汁	いわし、鶏肉 天ぷら、油揚げ みそ、牛乳	米、砂糖、油	生姜、切干大根、人参 干椎茸、いんげん かぼちゃ、玉ねぎ、ねぎ	509	708
12	火	ごはん		みそおでん 納豆 もずくのすまし汁	鶏肉、天ぷら 厚揚げ、みそ 納豆、もずく、牛乳	米、砂糖、里芋	大根、人参、糸こんにゃく 玉ねぎ、えのき、ねぎ	497	702
13	水	うどん		カレーうどん 海藻サラダ ももゼリー	牛肉、海藻 ハム、粉チーズ 牛乳	うどん、小麦粉 じゃがいも、油	玉ねぎ、人参、ねぎ にんにく、コーン キャベツ	456	654
14	木	ごはん		ホキフライ アーモンド和え 豆腐のみそ汁	ホキ、豆腐 油揚げ、みそ 牛乳	米、小麦粉、油 パン粉、砂糖 アーモンド	ほうれん草、キャベツ 人参、玉ねぎ、えのき ねぎ	509	673
15	金	パン はちみつ＆ マーガリン		ツナサラダ ベーコンのクリームスープ みかんゼリー	ツナ、ベーコン ホタテ、粉チーズ 牛乳	パン、はちみつ マーガリン、油 じゃがいも	キャベツ、人参、玉ねぎ パセリ、コーン みかん	500	709
18	月	ごはん		厚揚げとキムチの炒め物 コーン入り卵スープ	豚肉、厚揚げ ベーコン、卵 牛乳	米、ごま でんぷん	玉ねぎ、たけのこ、人参 もやし、エリンギ、枝豆 キムチ、コーン、ねぎ	466	692
19	火	ごはん		チキンハンバーグ ブロッコリーのごま酢和え キャベツのみそ汁、ムース	鶏肉、油あげ みそ、牛乳	米、ごま、砂糖	玉ねぎ、人参、ねぎ ブロッコリー、キャベツ	505	690

※　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。