７月学校給食予定献立表

令和４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）	働く力になる（黄）	体の調子をよくする（緑）	小学部 低学年	中学部 高等部
1	金	キャロット パン		カレービーンズ キャベツのスープ オレンジ	牛肉、大豆 ベーコン、牛乳	パン、小麦粉	人参、玉ねぎ、枝豆 にんにく、キャベツ ほうれん草、オレンジ	483	739
4	月	ごはん		しゅうまい（小1個、中高2個） チンジャオロース コーン入り卵スープ	豚肉、牛肉 ベーコン、卵 牛乳	米、小麦粉 でんぷん、油	ピーマン、パプリカ、生姜 にんにく、たけのこ、人参 コーン、玉ねぎ、ほうれん草	469	713
5	火	ごはん		さんまのかぼす煮 切干大根の煮物 かぼちゃのみそ汁	さんま、鶏肉 油揚げ、みそ 牛乳	米、砂糖、油	かぼす、レモン、切干大根 干椎茸、人参、いんげん、ねぎ かぼちゃ、玉ねぎ、えのき	516	729
6	水	枝豆ごはん		星型メンチカツ　【行事食】七夕 ハムと大豆のサラダ 魚そうめん汁、七夕ゼリー	豚肉、油揚げ、大豆 しらす干し、ハム 魚そうめん、牛乳	米、小麦粉、油 パン粉、砂糖	枝豆、玉ねぎ、キャベツ ほうれん草、人参、えのき ねぎ	515	743
7	水	スパゲティー		スパゲティーミートソース フレンチサラダ ももヨーグルト	牛肉、豚肉 粉チーズ、ハム ヨーグルト、牛乳	スパゲッティー 油、バター 小麦粉、砂糖	玉ねぎ、人参、にんにく ピーマン、キャベツ トマト、きゅうり、もも	485	762
8	金	パン はちみつ＆ マーガリン		ミートオムレツ ツナサラダ オニオンスープ	卵、鶏肉、ツナ ベーコン、牛乳	パン、はちみつ マーガリン ノンエッグマヨネーズ	玉ねぎ、人参、トマト キャベツ、きゅうり ほうれん草	499	729
11	月	ごはん		厚揚げのみそ炒め 鶏団子のスープ ムース	豚肉、厚揚げ みそ、鶏肉 牛乳	米、砂糖、油	玉ねぎ、なす、人参、枝豆 エリンギ、にんにく、生姜 キャベツ、干椎茸、ねぎ	491	713
12	火	ごはん		いりどり 豆腐のみそ汁 鮭ふりかけ	鶏肉、豆腐 かまぼこ、鮭 牛乳	米、カシューナッツ 砂糖、油	たけのこ、干椎茸、人参 ごぼう、糸こんにゃく、ねぎ いんげん、玉ねぎ、えのき	485	717
13	水	ごはん		さばのホイル焼き 春雨の酢の物 キャベツのみそ汁	さば、みそ、ハム 油揚げ、牛乳	米、春雨、ごま 砂糖	もやし、きゅうり、人参 キャベツ、玉ねぎ、ねぎ	495	711
14	木	ごはん		ホキフライ ごぼうサラダ ラビオリスープ	ホキ、ハム ベーコン、牛乳	米、小麦粉、油 パン粉、ごま	ごぼう、人参、きゅうり セロリ、キャベツ、玉ねぎ	503	742
15	金	ミルク 丸パン		チキンハンバーグ、スライスチーズ キャベツのサラダ かぼちゃのミネストローネ	鶏肉、チーズ ベーコン、牛乳	パン、油、砂糖 マカロニ	キャベツ、玉ねぎ、人参 かぼちゃ、トマト アスパラガス	519	739
19	火	ごはん		夏野菜のカレーライス ブロッコリーのごま酢和え みかんシャーベット	牛肉、粉チーズ 牛乳	米、小麦粉 ごま、砂糖、油	玉ねぎ、にんにく、かぼちゃ トマト、ピーマン ブロッコリー、みかん	499	750

※　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。