２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	水	麦ごはん		じゃが豚キムチの煮物 冬野菜のスープ ぽんかん	豚肉、厚揚げ ベーコン、牛乳	米、麦、砂糖 じゃがいも でんぷん	人参、玉ねぎ、糸こんにゃく いんげん、キムチ漬、大根 白菜、水菜、ポンカン	464	677
2	木	ごはん		いわしカリカリフライ 高菜の油炒め けんちん汁	いわし、しらす干し 鶏肉、豆腐 牛乳	米、じゃがいも 油、ごま、砂糖	高菜、干椎茸、ごぼう 玉ねぎ、ねぎ	493	711
3	金	動物 パン		ツナサラダ 白菜のシチュー 節分豆	ツナ、鶏肉 ホタテ、粉チーズ 大豆、牛乳	パン、じゃがいも 油、バター	キャベツ、玉ねぎ、白菜 きゅうり、人参、レーズン	504	695
6	月	ごはん		ハンバーグ（ケチャップソース） キャロットサラダ じゃがいものみそ汁	牛肉、豚肉、ツナ 豆腐、油揚げ みそ、牛乳	米、ごま ノンエッグマヨネーズ じゃがいも	トマト、人参、コーン 玉ねぎ、えのき、ねぎ	476	708
7	火	麦ごはん		さばホイル焼き ビーフンソテー えのきのすまし汁	さば、みそ、豚肉 かまぼこ、牛乳	米、麦、ビーフン 油、砂糖	生姜、もやし、玉ねぎ 人参、ピーマン、えのき ねぎ	491	692
8	水	うどん		ちゃんぽんうどん しゅうまい（小1個、中高2個） 米粉デザート	豚肉、天ぷら いか、牛乳	うどん、小麦粉 米粉、砂糖、油	キャベツ、もやし、生姜 玉ねぎ、人参、ねぎ	489	685
9	木	キムチごはん		ささみチーズカツ アーモンド和え わかめスープ	豚肉、鶏肉 チーズ、ベーコン わかめ、牛乳	米、砂糖、ごま アーモンド、小麦粉 パン粉、油	人参、生姜、キムチ漬 もやし、ほうれん草 玉ねぎ、ねぎ	484	678
10	金	パン きなこ クリーム		スコッチエッグ 大根サラダ レタスのスープ	きなこ、ツナ 卵、鶏肉 ベーコン、牛乳	パン、油、砂糖 ノンエッグマヨネーズ	大根、きゅうり、玉ねぎ 人参、レタス、エリンギ	505	681
13	月	ごはん		さんまの梅煮 五目きんぴら 豚汁	さんま、天ぷら 豚肉、みそ 牛乳	米、砂糖、ごま 油、里芋	梅、ごぼう、人参、干椎茸 糸こんにゃく、いんげん えのき、玉ねぎ、大根、ねぎ	491	668
14	火	ごはん		麻婆豆腐 コーン入り卵スープ チョコレートプリン	豆腐、豚肉、みそ ベーコン、卵 牛乳	米、砂糖、でんぷん	人参、玉ねぎ、にんにく 生姜、干椎茸、ねぎ、トマト コーン、ほうれん草	507	719
15	水	ごはん		春巻（小1個、中高2個） キャベツのかぼす和え もずくのすまし汁	豚肉、もずく かまぼこ、牛乳	米、小麦粉、油 砂糖	玉ねぎ、人参、たけのこ キャベツ、きゅうり、人参 かぼす、えのき、ねぎ	440	689
16	木	ごはん		ハヤシライス ブロッコリーのサラダ りんごゼリー	牛肉、粉チーズ ハム、牛乳	米、小麦粉、油 砂糖	玉ねぎ、人参、にんにく グリンピース、トマト ブロッコリー、りんご	482	703
20	月	ごはん		ひじきふりかけ 高野豆腐の五目煮 ごぼう団子のすまし汁	ひじき、高野豆腐 卵、鶏肉、魚すりみ しらす干し、牛乳	米、砂糖、ごま	玉ねぎ、人参、干椎茸 いんげん、ごぼう、えのき ねぎ	464	684
22	火	ごはん		ソースカツ（小1個、中高2個） 野菜のドレッシング和え 切干大根のみそ汁	豚肉、油揚げ みそ、牛乳	米、小麦粉、パン粉 油、砂糖	キャベツ、人参、玉ねぎ 切干大根、えのき、ねぎ	472	706
24	水	スパゲ ティー		スパゲティーミートソース ハムと大豆のサラダ ラフランスゼリー	牛肉、豚肉、ハム 粉チーズ、牛乳	スパゲティー、油 バター、小麦粉 砂糖	玉ねぎ、人参、ピーマン マッシュルーム、ラフランス ほうれん草、キャベツ、トマト	491	711
25	金	黒糖 ロールパン		アスパラガスのサラダ クラムチャウダー キウイフルーツ	あさり、ハム ベーコン、ホタテ 粉チーズ、牛乳	パン、砂糖、油 じゃがいも	アスパラガス、コーン 人参、玉ねぎ、パセリ キウイフルーツ	441	691
27	月	赤飯		照焼チキン 紅白なます、魚そうめん汁 お祝いデザート　【卒業お祝い献立】	小豆、鶏肉、 魚そうめん、卵 牛乳	米、ごま、砂糖 小麦粉、油	大根、人参、玉ねぎ、ねぎ えのき	535	732
28	火	ごはん		カレーライス キャベツのサラダ 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	人参、玉ねぎ、にんにく グリンピース、トマト キャベツ	497	712

※　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。