

10月学校給食予定献立表



令和6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 (エネルギー: kcal)	
		主食	牛乳	おかず・デザート	体を作る(赤)	働く力になる(黄)	体の調子をよくなる(緑)	小学部 低学年	中学部 高等部
1	火	ごはん 		ソースカツ、野菜のドレッシング和え ごぼう汁 <small>特知体連 応援献立</small>	豚肉、豆腐 牛乳	米、小麦粉、パン粉 油、砂糖	キャベツ、人参、ごぼう えのき、糸こんにゃく ねぎ	459	682
2	水	ごはん 		鶏肉のコーンフレーク焼き ブロッコリーのごま酢和え いわし団子のすまし汁	鶏肉、いわし 牛乳	米、ごま、砂糖 ノンエッグマヨネーズ コーンフレーク	にんにく、生姜 ブロッコリー、玉ねぎ えのき、ねぎ	500	687
3	木	ごはん 		じゃがいものそぼろ煮 もやしのみそ汁 納豆	豚肉、油揚げ みそ、納豆 牛乳	米、じゃがいも 砂糖	いんげん、人参、玉ねぎ 糸こんにゃく、もやし ねぎ	488	687
4	金	パン いちご ジャム		カレービーンズ オニオンスープ	牛肉、大豆 ベーコン、牛乳	パン、砂糖	いちご、人参、玉ねぎ 枝豆、にんにく、ほうれん草	456	710
7	月	ごはん 		さんまのおかか煮 切干大根の煮付 かきたま汁	さんま、かつお節 鶏肉、油揚げ、卵 かまぼこ、牛乳	米、砂糖、油	切干大根、干椎茸、人参 いんげん、玉ねぎ、ねぎ	478	657
8	火	ごはん 		あじフリッター (小4まで2個、他3個) オニオンサラダ 大根のみそ汁	あじ、ハム わかめ、油揚げ みそ、牛乳	米、小麦粉、油 じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	玉ねぎ、人参、きゅうり 大根、玉ねぎ、ねぎ	484	698
9	水	うどん 		カレーうどん 豆と野菜のサラダ さつまいもチップス	牛肉、粉チーズ 赤いんげん豆 ハム、牛乳	うどん、小麦粉 さつまいも	玉ねぎ、人参、にんにく キャベツ、玉ねぎ	462	670
10	木	麦ごはん 		肉詰めいなり、人参シシリ かぼちゃのみそ汁 ブルーベリーゼリー <small>【行事食】 目の愛護</small>	鶏肉、油揚げ ツナ、みそ 牛乳	米、白麦、砂糖 油	人参、糸こんにゃく、枝豆 かぼちゃ、玉ねぎ、えのき ねぎ、ブルーベリー	512	675
11	金	ミルク 丸パン		チキンハンバーグ、チーズ 野菜のドレッシング和え 野菜スープ	鶏肉、チーズ ベーコン、牛乳	パン、砂糖 じゃがいも	キャベツ、人参、玉ねぎ パセリ	502	709
15	火	ごはん 		ハヤシライス アスパラガスのサラダ 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 ピーマン、アスパラガス コーン、りんご	490	707
16	水	ごはん 		きびなごカリカリフライ (小4まで2尾、他3尾) ひじきの炒め煮、さつまいものみそ汁	きびなご、ひじき 鶏肉、天ぷら 油揚げ、みそ、牛乳	米、砂糖、油 さつまいも	人参、いんげん、干椎茸 えのき、玉ねぎ、ねぎ	462	680
17	木	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 でんぶん	玉ねぎ、たけのこ、もやし 人参、エリンギ、枝豆 キムチ、コーン、ねぎ	450	666
18	金	パン はちみつ& マーガリン		フレンチサラダ マカロニのクリームスープ	ハム、鶏肉 ホタテ、粉チーズ 牛乳	パン、はちみつ マーガリン、マカロニ 小麦粉、バター	キャベツ、きゅうり 人参、マッシュルーム コーン、パセリ	481	674
21	月	ごはん 		豚肉のおろしポン酢炒め 花野菜のサラダ えびボールのスープ	豚肉、ハム えび、牛乳	米、ごま ノンエッグマヨネーズ	大根、にら、ブロッコリー カリフラワー、キャベツ 玉ねぎ、えのき	461	665
22	火	ごはん 		秋野菜の煮物 豆腐のみそ汁 のりかつおふりかけ	鶏肉、豆腐、かつお わかめ、油揚げ みそ、のり、牛乳	米、粟、里芋 砂糖	ごぼう、糸こんにゃく しめじ、人参、いんげん 玉ねぎ、ねぎ	459	675
23	水	揚げ麺 		パリパリ血うどん つくねとわかめのスープ ほうれん草ムース	豚肉、いか、鶏肉 かまぼこ、ホタテ わかめ、牛乳	揚げ麺、でんぶん 砂糖	キャベツ、干椎茸、もやし 玉ねぎ、人参、生姜、ねぎ ほうれん草	455	657
24	木	きのこごはん 		照焼チキン ごま和え じゃがいものみそ汁	鶏肉、油揚げ 油揚げ、みそ 牛乳	米、砂糖、ごま じゃがいも	しめじ、えのき、いんげん 人参、キャベツ、きゅうり 玉ねぎ、ねぎ	469	683
25	金	ミルク ロール パン		洋風たまご焼き ツナサラダ かぼちゃのスープ	卵、ツナ ベーコン、牛乳	パン、ごま ノンエッグマヨネーズ バター	キャベツ、人参、玉ねぎ きゅうり、かぼちゃ パセリ	511	717
28	月	麦ごはん 		さばのホイル焼き ビーフンソテー キャベツのみそ汁	さば、みそ 豚肉、油揚げ 牛乳	米、麦 ビーフン、油	生姜、もやし、玉ねぎ 人参、ピーマン、キャベツ ねぎ	517	685
29	火	ごはん 		ミートボールのケチャップ煮 ワントンスープ みかん	豚肉、鶏肉 牛乳	米、砂糖 ワントン	玉ねぎ、人参、しめじ、生姜 マッシュルーム、カリフラワー 玉ねぎ、ほうれん草、みかん	468	672
30	水	ごはん 		ホキ青のりフライ キャロットサラダ 豚汁	ホキ、ツナ 豚肉、みそ 牛乳	米、小麦粉、パン粉 油、ごま、里芋 ノンエッグマヨネーズ	人参、コーン、ごぼう 干椎茸、玉ねぎ 糸こんにゃく、ねぎ	495	701
31	木	ごはん 		チャプチェ わかめのスープ ヨーグルト	牛肉、ベーコン わかめ、ヨーグルト 牛乳	米、春雨、ごま 砂糖	玉ねぎ、人参、ピーマン エリンギ、にんにく、生姜 ほうれん草	495	684

※ 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。