



11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 (1人分：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 | ごはん | | 玄米入りつくね アスパラガスのソテー 豆腐のみそ汁 | 鶏肉、ベーコン 豆腐、油揚げ みそ、牛乳 | 米、油 | アスパラガス、人参 玉ねぎ、えのき、ねぎ | 509 | 673 |
| 2 | 土 | ごはん | | カレーライス ブロッコリーのサラダ ぶどうゼリー | 牛肉、粉チーズ ハム、牛乳 | 米、じゃがいも 小麦粉、油 | 玉ねぎ、人参、にんにく グリーンピース、ブロッコリー ぶどう | 491 | 700 |
| 6 | 水 | ごはん | | さんまのかぼす煮 五目きんぴら かぼちゃのみそ汁 | さんま、豚肉 わかめ、みそ 牛乳 | 米、砂糖、ごま 油 | かぼす、レモン、ごぼう 系こんにゃく、人参 いんげん、かぼちゃ、ねぎ | 507 | 680 |
| 7 | 木 | ごはん | | 麻婆豆腐 コーン入り卵スープ | 豆腐、豚肉 みそ、ベーコン 卵、牛乳 | 米、砂糖 | 玉ねぎ、人参、生姜 干椎茸、ねぎ、トマト コーン、ほうれん草 | 463 | 683 |
| 8 | 金 | ミルク ねじり パン | | フレンチサラダ 秋野菜のシチュー みかん | 鶏肉、スキムミルク 粉チーズ、ベーコン 牛乳 | パン、砂糖、油 さつまいも、栗 | キャベツ、人参、しめじ 玉ねぎ、パセリ | 504 | 705 |
| 11 | 月 | ごはん | | ハンバーグ(ケチャップソース) 野菜のごま炒め 切干大根のみそ汁 | 牛肉、豚肉、わかめ ウインナー、天ぷら 油揚げ、みそ、牛乳 | 米、砂糖、ごま 油 | トマト、キャベツ、玉ねぎ 人参、いんげん、切干大根 ねぎ | 497 | 670 |
| 12 | 火 | さつまいもごはん | | 春巻(小4まで1本、小5から2本) キャベツの柚の香和え えのきのすまし汁 | 豚肉、かまぼこ 牛乳 | 米、さつまいも 小麦粉、油 | 玉ねぎ、たけのこ、人参 キャベツ、大根、ゆず えのき、ねぎ | 459 | 704 |
| 13 | 水 | スパゲ ティ | | クリームスパゲティ ハムと大豆のサラダ ラフランスゼリー | 鶏肉、あさり ベーコン、粉チーズ ハム、大豆、牛乳 | スパゲティ 油、バター、小麦粉 砂糖 | 玉ねぎ、にんにく、コーン ほうれん草、キャベツ、人参 パセリ、ラフランス | 472 | 681 |
| 14 | 木 | 麦ごはん | | いりどり わかめのみそ汁 納豆 | 鶏肉、納豆 わかめ、油揚げ みそ、牛乳 | 米、麦、砂糖、油 カシューナッツ | たけのこ、干椎茸、人参 ごぼう、系こんにゃく いんげん、玉ねぎ、ねぎ | 499 | 705 |
| 15 | 金 | ミルク ロール パン | | 豆と野菜のサラダ ビーフシチュー キウイフルーツ | ハム、赤いんげん豆 ひよこ豆、牛肉 粉チーズ、牛乳 | パン、油、小麦粉 じゃがいも バター | キャベツ、玉ねぎ、人参 マッシュルーム、トマト | 489 | 690 |
| 18 | 月 | ごはん | | 厚揚げのみそ炒め もやしのみそ汁 プリン | 豚肉、厚揚げ 油揚げ、みそ 卵、牛乳 | 米、砂糖 でんぷん、砂糖 | 玉ねぎ、たけのこ、いんげん 人参、にんにく、生姜 もやし、ねぎ | 495 | 694 |
| 19 | 火 | ごはん | | メンチカツ ほうれん草のサラダ かきたま汁 | 豚肉、鶏肉、ハム 卵、かまぼこ 牛乳 | 米、小麦粉、パン粉 ノンエッグマヨネーズ | 玉ねぎ、ほうれん草、人参 ねぎ | 507 | 673 |
| 20 | 水 | ごはん | | さばの生姜煮 切り干し大根の煮物 豆腐のすまし汁 | さば、鶏肉 油揚げ、豆腐 かまぼこ、牛乳 | 米、砂糖、油 | 生姜、切干大根、干椎茸 人参、いんげん、玉ねぎ えのき、ねぎ | 500 | 667 |
| 21 | 木 | ごはん | | ハヤシライス ブロッコリーのごま酢和え アセロラゼリー | 牛肉、粉チーズ 牛乳 | 米、小麦粉、油 ごま、砂糖 | 玉ねぎ、人参、にんにく ブロッコリー、アセロラ | 484 | 699 |
| 22 | 金 | 黒糖 パン | | トマトオムレツ ツナサラダ ポトフ | 卵、鶏肉、ツナ 鶏肉、牛乳 | パン、ごま、油 じゃがいも ノンエッグマヨネーズ | トマト、玉ねぎ、キャベツ 人参、キャベツ、いんげん | 474 | 676 |
| 25 | 月 | 麦ごはん | | いわしのおかか煮 ひじきの炒め煮 さつまいものみそ汁 | いわし、かつお節 ひじき、鶏肉 天ぷら、みそ、牛乳 | 米、麦、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 | 501 | 708 |
| 26 | 火 | ごはん | | 高野豆腐の五目煮 もずくのすまし汁 さけふりかけ、みかん | 高野豆腐、鶏肉、卵 しらす干し、もずく かまぼこ、鮭、牛乳 | 米、ごま、砂糖 | 玉ねぎ、人参、干椎茸 いんげん、えのき、ねぎ | 476 | 679 |
| 27 | 水 | うどん | | ちゃんぽんうどん しゅうまい(小4まで1個、小5より2個) 米粉デザート | 豚肉、いか 天ぷら、牛乳 | うどん、油 小麦粉 | キャベツ、生姜、もやし 玉ねぎ、人参 | 492 | 690 |
| 28 | 木 | キャロットごはん | | ささみチーズカツ ごぼうサラダ きのこのみそ汁 | 油揚げ、鶏肉 チーズ、ハム みそ、牛乳 | 米、小麦粉、パン粉 油、ごま ノンエッグマヨネーズ | 人参、ごぼう、えのき しめじ、玉ねぎ、ねぎ | 505 | 702 |
| 29 | 木 | パン きなこ クリーム | | キャベツの甘酢和え クラムチャウダー | きなこ、ベーコン ホタテ、あさり 粉チーズ、牛乳 | パン、砂糖 小麦粉、油 じゃがいも | キャベツ、人参、コーン レモン、玉ねぎ、パセリ | 474 | 675 |

※ 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。