

7月学校給食献立表

平成30年

埼玉県立入間わかくさ高等特別支援学校

日	曜	献立	エネルギー (Kcal)	体を作るものになる食品	エネルギーのものになる食品	体の調子を整える食品
2	月	牛乳 ごはん みそ汁 いわしの蒲焼き キャベツとハムのサラダ	794	牛乳 いわし ハム わかめ	米 かたくり粉 油 三温糖 ジャがいも	きゅうり キャベツ にんじん 玉ねぎ ねぎ
3	火	《もう1度沖縄気分を満喫しよう!! 献立》 沖縄ジュシー もずくのスープ ラフテー にんじんしりしり 緑茶	836	豚肉 切昆布 ツナ 油揚げ 卵 もずく	米 三温糖 油 ごま油	にんじん 干しいたけ しょうが ねぎ こねぎ 玉ねぎ
4	水	牛乳 ごはん みそ汁 和風ミートローフ ジャがいものローズマリーソテー (わかくさ産ローズマリー使用)	842	牛乳 鶏ひき肉 ベーコン ウィンナー	米 パン粉 油 パター ジャがいも	玉ねぎ しょうが 玉ねぎ にんにく 大根 小松菜 えのき
5	木	牛乳 かき卵うどん 揚げぎょうざ ブロッコリーとツナのサラダ	845	牛乳 卵 鶏肉 ツナ 油揚げ	うどん 三温糖 かたくり粉 油	干しいたけ にんじん ねぎ 玉ねぎ 小松菜 ブロッコリー キャベツ
6	金	牛乳 とうもろこし 五目寿司 みそ汁 魚の香味パン粉焼き (わかくさ産バジル使用) ごまあえ	866	牛乳 油揚げ 鶏肉 鮭 のり	米 三温糖 パン粉 油 ごま	かんぴょう 干しいたけ にんじん いんげん れんこん バジル ほうれんそう キャベツ もやし 玉ねぎ 小松菜 とうもろこし
9	月	牛乳 ピザトースト あさりのチャウダー ほうれんそうとヤングコーンのサラダ	850	牛乳 チーズ ウィンナー ベーコン あさり	パン 油 ジャがいも	玉ねぎ ピーマン ほうれんそう ヤングコーン もやし にんじん キャベツ いんげん
10	火	牛乳 みそラーメン 千草焼き れんこんとひじきのサラダ	855	牛乳 豚肉 卵 ハム 豚ひき肉 ひじき	中華麺 油 ごま 三温糖 ノンエッグマヨネーズ	しょうが もやし にら にんじん ほうれんそう 干しいたけ 玉ねぎ れんこん キャベツ きゅうり とうもろこし
11	水	牛乳 ごはん (発芽玄米) キムチスープ ささみフライ 切干大根の煮物	862	牛乳 ささみ あさり 豆腐 卵	米 発芽玄米 小麦粉 油 三温糖 パン粉 ごま油	切干大根 にんじん 干しいたけ 小松菜 キムチ 白菜 玉ねぎ にら ねぎ
12	木	牛乳 ごはん ふりかけ すまし汁 レバーのケチャップあえ 豚肉とごぼうの炒り煮	879	牛乳 豚レバー 豚肉	米 かたくり粉 油 三温糖 麩 しらたき	しょうが ごぼう にんじん いんげん ほうれんそう ねぎ
13	金	牛乳 なすとひき肉のカレーライス イタリアンサラダ 黄桃入り杏仁豆腐	886	牛乳 豚ひき肉	米 油 ジャがいも	玉ねぎ にんにく しょうが にんじん ジャがいも なす 赤ピーマン 黄ピーまん きゅうり キャベツ ほうれんそう 黄桃
17	火	牛乳 ごはん みそ汁 豚肉のはちみつ焼き コールスローサラダ	876	牛乳 豚肉 ハム	米 はちみつ 三温糖 ノンエッグマヨネーズ	キャベツ きゅうり にんじん 玉ねぎ とうもろこし 干しぶどう レモン かぶ さやえんどう
18	水	コーヒーミルク わかめ&チーズごはん みそ汁 春巻き 焼きなすのしょうがしょうゆ (わかくさ産しそ使用)	899	コーヒーミルク チーズ わかめ 豚ひき肉 豆腐	米 春巻きの皮 春雨 三温糖 小麦粉 ごま油 油 かたくり粉	にんじん 干しいたけ たけのこ にら しょうが きくらげ なす しそ 小松菜 ねぎ

*材料の都合で献立は変更になる場合があります。