



12月の予定献立表（前半）



☆今月の目標【 **好き嫌いしないで食べよう!** 】

令和元年度 佐賀県立伊万里特別支援学校

ひづけ 日付	こんだてめい 献立名	使用する食品名						調味料他	エネルギー (kcal)
		(あか) おもにからだをつくるものになる		(みどり) おもにからだのちようしをとのえるものになる		(きいろ) おもにエネルギーのものになる			たんぱく質 (g)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
		魚・肉・大豆・ 大豆製品	牛乳・小魚・ 海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・ きのこ・果物	穀類・ いも類・ 砂糖	油脂		
2 (月)	むぎ 麦ごはん							815	
	ぎゅうにゅう 牛乳								
	とりにく 鶏肉のナポリ煮								
	ポテトサラダ								
3 (火)	むぎ 麦ごはん							737	
	ぎゅうにゅう 牛乳								
	さけ 鯖のみそマヨチーズ焼き								
	いそか あ 磯香和え								
4 (水)	うどん 皿うどん							823	
	ぎゅうにゅう 牛乳								
	にく 肉まん								
	ミルク大学芋								
5 (木)	むぎ 麦ごはん							740	
	ぎゅうにゅう 牛乳								
	ごもく たまごや 五目卵焼き								
	おからの炒り煮								
6 (金)	なむる井 ナムル丼							779	
	ぎゅうにゅう 牛乳								
	ひじきの甘酢和え								
	ワンタンスープ								
9 (月)	えびピラフ							841	
	ぎゅうにゅう 牛乳								
	マカロニサラダ								
	チリコンカン								
10 (火)	くだもの 果物(りんご)							811	
	むぎ 麦ごはん								
	ぎゅうにゅう 牛乳								
	しろみぎかな 白身魚フライ								
11 (水)	ピーフンサラダ							33.9	
	ひたじる 豚汁								
	たかなめし 高菜飯のミニおにぎり								
	ぎゅうにゅう 牛乳								
11 (水)	カレーうどん							781	
	れんこんサラダ								
								30.6	

12月の予定献立表（後半）

☆今月の目標【好き嫌いしないで食べよう！】

令和元年度 佐賀県立伊万里特別支援学校

ひづけ 日付	献立名	使用する食品名						調味料他	エネルギー (kcal)
		(あか) おもにからだをつくるものになる		(みどり) おもにからだのちよよしをとのえるものになる		(きいろ) おもにエネルギーのもとになる			
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
	麦ごはん 牛乳	魚・肉・大豆・ 大豆製品	牛乳・小魚・ 海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・ きのこ・果物	穀類・いも類・ 砂糖	油脂		761
12 (木)	ミンチポテト 五目きんぴら みそスープ 麦ごはん 牛乳								30.3
13 (金)	春巻き(2種) 大根とわかめの酢のもの キムチスープ わかめごはん 牛乳								781
16 (月)	鮭とじゃが芋のみそグラタン ごま和え みぞれ汁 生姜ごはん 牛乳								32.5
17 (火)	竹輪の二色揚げ ふろふき大根 すまし汁 セサミトースト								771
18 (水)	牛乳 & ミルメークコーヒー(粉末) スパゲティナーポリタン じゃこサラダ オニオンスープ								702
19 (木)	麦ごはん 牛乳 麻婆春雨 茎わかめのサラダ 卵スープ								777
20 (金)	ごはん 牛乳 ブリの照焼 かぶのゆず風味和え 南京(かぼちゃ)のそぼろ煮 みそ汁								750
23 (月)	チキンカレー 牛乳 海藻サラダ 手作りミニクリスマスケーキ								30.9

※献立は都合により変更される場合がありますのでご了承ください。
※食物アレルギー等で加工食品の成分表や原材料のg数などの詳しい資料が必要な方は、学校へお申し出下さい。

平均 (790)
(本校平均基準値) 32.1
(32.6)