



3月の予定献立表 (前半)



☆今月の目標【 小:感謝して食べよう , 中・高:給食の反省をしよう 】

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とになる | | | ちようみやほか |
| | | 1群 | 2群 | 3群 | 4群 | 5群 | 6群 | | |
| | | さかなにく だいず 魚・肉・大豆 だいず せいひん 大豆製品 | ぎゅうにちやくかな かいそう 牛乳・小魚・海藻 | りよくおう げんさい 緑黄色野菜 | た やさい その他の野菜・ きのこ・果物 | こくるい るい 穀類・いも類・ 砂糖 | ゆし 油脂 | | |
| 2 (月) | ☆【 非常食体験献立 】 救給カレー ・ 牛乳 チキンパティ みそ汁 フルーツ杏仁 小魚パリッシュ | | ぎゅうにゆう | にんじん・トマト | とうもろこし・たまねぎ・しめじ たまねぎ・りんご・しょうが・にんにく | こめ・こなあめ・じゃがいも ぼんご・でんぶん・さとう・みずあめ | 油 | カレー粉・塩・酵母エキス・香辛料 醤油・塩・コンソウ・パプリカ・他 | 844 |
| 3 (火) | ☆【 3月3日は ”桃の節句(ひなまつり)” です 】 鮭ちらし寿司(☆小学部:雑寿司)・牛乳 菜の花のごま和え 姫はまぐりのすまし汁 ミニひなあられ | さけ・たまご・うずらたまご かりにふうみかまぼこ ひめはまぐり・(かつおぶし) | のり・(こんぶ) ぎゅうにゆう わかめ・(こんぶ) | にんじん・きぬさや・いんげん・みつば なばな・にんじん みつば | こめ・さとう もやし たけのこ | こめ・さとう さとう ふ | | 酢・塩・酒 醤油・みりん 醤油・酒・塩 醤油 | 784 37.7 |
| 4 (水) | ココア揚げパン 牛乳 & ミルメークいちご味 照焼チキン えびとごぼうのサラダ ミートボールスープ | | スキムミルク ぎゅうにゆう | | | こむぎこ・さとう さとう でんぶん さとう | マーガリン・油 | イースト・塩・純ココア 塩・乳酸菌・炭酸Ca他 醤油・塩・ブドウ糖・他 アオシロクリームドレッシング・醤油・だし汁 | 719 26.0 |
| 5 (木) | 麦ごはん ・ 牛乳 白身魚フライ ピーマンサラダ さつま汁 果物(伊万里産いちご) | むぎ しろみ ぎかな ハム とりにく・あつあげ・みそ | ぎゅうにゆう チーズ ハム (にぼし) | | きゅうり・とうもろこし たまねぎ・ごぼう・だいこん・こんにゃく・しょうが いちご | こめ・むぎ こむぎこ・ぼんご さとう さつまいも | 油 | ワイン・塩・コンソウ・ソース 野菜いっぱい和風ドレッシング 酒 | 814 34.4 |
| 6 (金) | ☆【 卒業生リクエスト献立 第2弾 … 高等部3年生 】 ごはん ・ 牛乳 伊万里牛ハンバーグ カラフル野菜ソテー ポテトサラダ コーンスープ シュークリーム | ぎゅうにゆう ぎゅうにく・たまご まぐらあぶらづけ ハム たまご | ぎゅうにゆう ぎゅうにゆう チーズ スキムミルク | トマト・にんじん なのはな・パプリカ にんじん パセリ | たまねぎ・マッシュルーム きゅうり・たまねぎ とうもろこし・たまねぎ | こめ ぼんご・こむぎこ・でんぶん オリブ油 じゃがいも・さとう オリブ油 こむぎこ・れんにゆう・さとう | バター・オリブ油 オリブ油 | ワイン・塩・コンソウ・ナツメグ・デミグラスソース・ケチャップ・ソース・醤油 塩・コンソウ・焼肉のたれ マヨネーズ・塩・コンソウ コーンクリームスープ・塩・コンソウ・(アイロン) | 933 37.9 |
| 9 (月) | ☆【 卒業生リクエスト献立 第3弾 … 小学部6年生 】 カツカレーうどん アーモンド和え フルーツヨーグルト | ぶたにく・とりにく・さつまいも・あぶらあげ・(かつおぶし)・だいず みそ | (こんぶ) ぎゅうにゆう | はねぎ ほうれんそう・にんじん | にんにく・しょうが・えのきたけ・ほししいたけ・たまねぎ もやし | うどんめん・さとう・でんぶん・ぼんご さとう | 油・油脂 | ワイン・カレー粉・カレー粉・塩・ウスターソース・醤油・だし汁(豚骨・鶏骨)・他 | 771 35.7 |
| 10 (火) | ☆【 卒業祝い献立 】 赤飯(伊万里産黒米入ごはん)・牛乳 えびフライ ・ 添え野菜 紅白なます 茶碗蒸し 卒業祝いミニケーキ | せきはん いまり さんくろまいり えび・たまご たまご・とりにく・かまぼこ・(かつおぶし) たまご | ぎゅうにゆう (こんぶ) ぎゅうにゆう・クリーム | ミニトマト にんじん ほうれんそう | キャベツ・とうもろこし・たまねぎ・ピクルス・レモン だいこん ほししいたけ いちご | こめ・くろまい こむぎこ・ぼんご さとう さとう・こむぎこ・みずあめ | 油 | タルタルソース・レインボードレッシング・酢・塩・他 酢・塩 醤油・酒・塩・みりん | 814 30.2 |
| 11 (水) | | | | 卒業式 (給食はありません) | | | | | |



3月の予定献立表（後半）



☆今月の目標【 小:感謝して食べよう , 中・高:給食の反省をしよう 】

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 | | | | | | 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) おもにからだのちょ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とになる | | | |
| | | 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 | 調味料他 | たんぱく質 (g) |
| 12 (木) | 麦ごはん・牛乳 | | ぎゅうにゅう | | | こめ・むぎ | | | 848 |
| | 鯖の西京焼き | さわら・みそ | | | | さとう | ねりごま | 酒・みりん | |
| | 磯香和え | | のり | ほうれんそう・にんじん | | | | 醤油・みりん | |
| | 肉じゃが | ぎゅうにく | | にんじん・グリーンピース | たまねぎ | じゃがいも・さとう | ごま油 | 醤油・酒・みりん・塩・だし汁 | |
| | はんぺんのすまし汁 | はんぺん・(かつおぶし) | わかめ・(こんぶ) | こねぎ | ほししいたけ | | | 醤油・塩・酒 | 39.2 |
| 13 (金) | 麦ごはん・牛乳 | | ぎゅうにゅう | | | こめ・むぎ | | | 805 |
| | チキン南蛮 | とりにく・たまご | | | しょうが・にんにく | こむぎこ・さとう | 油 | 塩・コショウ・酒・醤油・酢・タルタルソース | |
| | ゆで野菜 | | | | キャベツ・とうもろこし | | | ごまドレッシング | |
| | ひじきの炒り煮 | あぶらあげ・さつまあげ | ひじき | にんじん・にら・えだまめ | こんにやく | さとう | 油 | 醤油・みりん・だし汁 | |
| | みそ汁 | とうふ・みそ | (にぼし・こんぶ) | こねぎ | えのきたけ・だいこん | | | 酒 | |
| | 焼きプリンタルト | たまご | スキムミルク | | | こむぎこ | マーガリン | 塩・他 | 34.8 |
| 16 (月) | 麦ごはん・牛乳 | | ぎゅうにゅう | | | こめ・むぎ | | | 744 |
| | 大豆と鶏肉の煮物 | とりにく・だいず | | にんじん・えだまめ | しょうが・こんにやく | でんぶん・さとう | 油 | 醤油・酒 | |
| | かけ和え | いか・みそ | | にんじん | だいこん・きゅうり | さとう | すりごま | 酢 | |
| | かき玉汁 | ちくわ・たまご | (こんぶ・にぼし) | みずな | | | | 塩・醤油・酒・だし汁 | 32.6 |
| 17 (火) | 麦ごはん・牛乳 | | ぎゅうにゅう | | | こめ・むぎ | | | 842 |
| | スパニッシュオムレツ | たまご・ウインナー・ぎゅうにく・ぶたにく | チーズ | にんじん・ピーマン | じゃがいも・たまねぎ | | オリーブ油 | ワイン・塩・コショウ・ケチャップ | |
| | 五目きんぴら | さつまあげ | くきわかめ | にんじん・いんげん | ごぼう・ほししいたけ・こんにやく | さとう | すりごま・オリーブ油 | 醤油・酒・唐辛子 | |
| | みそスープ | ベーコン・みそ・(かつおぶし) | ぎゅうにゅう・(こんぶ) | こねぎ | はくさい・たまねぎ・ほんしめじ | | | | |
| | みかんヨーグルト | | ぎゅうにゅう | | みかん | さとう | | ゼラチン・他 | 34.1 |
| 18 (水) | ちゃんぽん | ぶたにく・いか・えび・かまぼこ・さつまあげ | ぎゅうにゅう | にんじん・はねぎ | キャベツ・もやし・たまねぎ・ほししいたけ・きくらげ・にんにく・しょうが | ちゃんぽんめん | 油 | 醤油・酒・塩・コショウ・(鶏骨・豚骨・ブイヨン) | 816 |
| | 牛乳 | | ぎゅうにゅう | | | | | | |
| | ミニ肉まん | ぶたにく | | ねぎ | たまねぎ・たけのこ・しいたけ | こむぎこ・さとう・でんぶん | ごま・豚脂・油 | 醤油・みりん・塩・イースト・他 | |
| | ひじきサラダ | まぐろあぶらづけ | ひじき | にんじん・えだまめ・ピーマン | きゅうり・とうもろこし | さとう | すりごま | 酒・醤油・だし汁・マヨネーズ・野菜いっぱい和風ドレッシング | 37.7 |
| 19 (木) | 人参ごはん・牛乳 | | しらすぼし・ぎゅうにゅう・(こんぶ) | にんじん | | こめ | | 醤油・酒 | 814 |
| | ギョロツケ | あじ・あまだい・とりにく | ひじき | | キャベツ・たまねぎ・しょうが | ぼんこ・でんぶん・さとう | 油 | 酒・醤油・みりん・塩・カレー粉 | |
| | かみかみサラダ | さきいか・たこ | | にんじん | きりぼしだいこん・きゅうり・レモン | さとう | アーモンド・オリーブ油 | 酢・醤油 | |
| | のっぺい汁 | とりにく・あつあげ | (にぼし・こんぶ) | にんじん・こねぎ | れんこん・ごぼう・ほししいたけ・しょうが | さとも・でんぶん | | 醤油・酒・塩・みりん | 38.6 |
| 20 (金) | 春分の日  | | | | | | | | |
| 23 (月) | シーフードカレー | まぐろあぶらづけ・いか・えび・かいばしら・あさり | スキムミルク・チーズ | にんじん・グリーンピース | たまねぎ・にんにく・しょうが | こめ・むぎ・さとう | 油 | カレールウ・ハヤシルウ・トマトケチャップ・ウスターソース・醤油・(ブイヨン) | 883 |
| | 牛乳 | | ぎゅうにゅう | | | | | | |
| | 海藻サラダ | ロースハム | かんてん・くきわかめ・こんぶ・しろきりんさい・わかめ・あかつのまた・あかつのまた | にんじん | きゅうり・キャベツ・とうもろこし | | すりごま | 棒々鶏ドレッシング | 37.0 |
| | 伊万里産いちごのソースのミルクゼリー | | ぎゅうにゅう・クリーム | | いちご | さとう・みずあめ | | ゼラチン・他 | |
| 24 (火) | 修了式 (給食はありません) | | | | | | | | |
| ※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下さい。 ※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 (基準値) | 817 (790) 34.4 (32.6) |