



# 4月の予定献立表（前半）

給食がはじまります！



令和2年度 佐賀県立伊万里特別支援学校

☆今月の目標【 **正しく配膳しよう！** 】

ひづけ 日付	献立名	使用する食品名						エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		(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		
		さかなく・だいず 魚・肉・大豆 だいずせいひん 大豆製品	ぎゅうにほぎかな 牛乳・小魚 かいそう 海藻	りよくおうやさい 緑黄色野菜	た やさい その他の野菜 きのこ・果物	こくろい るい 穀類・いも類 さとう 砂糖	ゆし 油脂		
6 (月)		しぎょうしき 始業式 (給食なし)							
7 (火)	ちゃんぽん・牛乳 ミニ肉まん ひじきサラダ	ぶたにく・いか・えび・かまぼこ・さつまあげ ぶたにく ハム	ぎゅうにゆう ひじき	にんじん・はねぎ ねぎ にんじん・えだまめ・パプリカ	キャベツ・もやし・たまねぎ・ほししいたけ・きくらげ・しょうが・にんにく・セロリ たまねぎ・たけのこ・しいたけ きゅうり・とうもろこし	ちゃんぽんめん 油 ごま・豚脂・油 ごま	酒・醤油・塩・コショウ・(鶏骨・豚骨) 醤油・みりん・塩・イースト・他 酒・醤油・だし汁・ごまドレッシング	791 36.6	
8 (水)	ココア揚げパン・牛乳 ウインナー えびとごぼうのサラダ レンズ豆のスープ	ウインナー えび ぶたにく・レンズまめ・ベーコン・しろいんげんまめ	スキムミルク ぎゅうにゆう			ごま・豚脂・油 ごま マーガリン・油 ごま・油 オリーブ油	イースト・塩・純ココア 醤油・酢・塩・唐辛子・他 トマトケチャップ・ワイン・醤油・塩・コショウ・(鶏骨)	743 27.2	
9 (木)	☆【入学・進級おめでとう！ 新入生給食スタート】 ミートボールカレー・牛乳 ツナと海藻のサラダ お祝いゼリー	とりにく・ぶたにく まぐるあぶらづけ とうにゆう・だいず	チーズ ぎゅうにゆう かんてん・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・グリーンピース にんじん にんじん	たまねぎ・りんご・とうもろこし・にんにく・しょうが だいこん とうもろこし いちご	ごま オリーブ油 ごま 油	カレー粉・塩・ワイン・カレー粉・醤油・ケチャップ・ソース・コショウ・ナツメグ・(鶏骨)・他 棒々鶏ドレッシング 紅麴色素・他	813 25.8	
10 (金)	ごはん・牛乳 ギョロツケ 切干大根のすたちポン酢和え たけのことわらびのみそ汁	あじ・あまだい・とりにく たまご・かつおぶし あつあげ・みそ・(かつおぶし)	ひじき にんじん (にぼし・こんぶ)	にんじん わらび・こねぎ	キャベツ・たまねぎ きりぼしだいこん・きゅうり・すだち たけのこ	ごめ ばんこ・さとう・でんぶ ごま さとう	醤油・酒・みりん・塩・カレー粉 すだちポン酢・だし汁・醤油 酒	695 30.2	
13 (月)	麦ごはん・牛乳 松風焼き 梅おかか和え のっぺい汁	とりにく・たまご かつおぶし あつあげ・とりにく	ぎゅうにゆう ひじき (にぼし・こんぶ)	にんじん にんじん・こねぎ	たまねぎ キャベツ・きゅうり・うめぼし れんこん・ごぼう・ほししいたけ・しょうが	ごめ・むぎ ばんこ・さとう さとう さといも・でんぶ	酒・醤油・塩 醤油 醤油・酒・みりん・塩	789 37.5	
14 (火)	たけのこごはん・牛乳 ししゃもフライ 菜の花のごまみそ和え はんぺんのすまし汁	とりにく ししゃも かにふうみかまぼこ・みそ すけそうだら・たまご・(かつおぶし)	ちりめんじゃこ・(だしこぶ) ぎゅうにゆう	にんじん・わらび にんじん こねぎ	たけのこ・えのきたけ・ほししいたけ もやし ほししいたけ	ごめ・むぎ ばんこ・こむぎこ・でんぶ さとう 油	醤油・酒・塩 塩 みりん 醤油・塩・酒・他	738 27.9	
15 (水)	はちみつレモントースト・牛乳 スパゲティーナポリタン じゃこサラダ オニオンスープ	スキムミルク ぎゅうにゆう ウインナー ハム		レモン たまねぎ・マッシュルーム・にんにく パプリカ パセリ・にんじん	こむぎこ・さとう・はちみつ スパゲティー・さとう	ショートニング・マーガリン オリーブ油 ごま油 バター	塩・イースト・他 ケチャップ・デミグラスソース・ソース・醤油・ワイン・塩・コショウ 野菜いっぱい和風ドレッシング・青じそドレッシング・ワイン・コンソメ・塩・コショウ・(鶏骨)	791 26.6	
16 (木)	麦ごはん・牛乳 豚肉のフルーティー焼き おからサラダ 五目スープ かみかみいりこ揚げ	ぶたにく おから・まぐるあぶらづけ とりにく	ぎゅうにゆう		りんご・たまねぎ・にんにく きゅうり・キャベツ・たまねぎ もやし・たけのこ・ほししいたけ・しょうが	ごめ・むぎ さとう さとう	ケチャップ・酒 マヨネーズ・リンゴ酢・酢・塩・コショウ 醤油・酒	820 45.7	
17 (金)	麦ごはん・牛乳 チキン南蛮 ゆで野菜 大豆の磯煮 みそ汁	とりにく・たまご だいず・とりにく・さつまあげ みそ・あぶらあげ	ぎゅうにゆう	にんじん にんじん・いんげん (にぼし)	しょうが・にんにく キャベツ・とうもろこし こんにやく・ほししいたけ えのきたけ・たまねぎ	ごめ・むぎ さとう さとう じゃがいも	ケルタルソース・酢・醤油・酒・塩・コショウ ごまドレッシング だし汁・醤油 酒	859 42.5	

# 4月の予定献立表（後半）



☆<sup>こんげつ</sup>今月の目標【 <sup>ただ</sup>正しく <sup>はいぜん</sup>配膳しよう! 】

令和2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						エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		(あか) おもにからだをつくるもとになる		(みどり) おもにからだのちようしをととのえるもとになる		(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		
		さかなにく だいが 魚・肉・大豆	ぎゆうにゆうさかな 牛乳・小魚	りよくおうしやさい 緑黄色野菜	た やさい その他の野菜	こくるい るい 穀類・いも類	ゆし 油脂	ちようみりよほか 調味料他	
20 (月)	カレーピラフ	ウインナー・ぎゆうにく・ぶたにく		にんじん・グリーンピース	たまねぎ・マッシュルーム・にんにく	こめ・むぎ	バター・オリーブ油	ワイン・ケチャップ・醤油・コンソメ・カレー粉・塩・コショウ・(鶏骨)	776
	牛乳&ミルメークいちご(粉末)		ぎゆうにゆう			さとう		塩・乳酸菌・炭酸Ca他	
	海藻サラダ	ハム	かんてん・きわかめ・こんぶ・しろきりんさい・わかめ・あかつのまた・あおつのまた	にんじん・パプリカ	だいこん		ごま	棒々鶏ドレッシング	28.6
	クラムチャウダー	ひめはまぐり・かいばしら・ベーコン	ぎゆうにゆう・なまくりーム	にんじん・パセリ	たまねぎ・とうもろこし・しめじ・セロリ	じゃがいも	バター	ワソウ・ホウズマ・ブツメ・塩・コンソメ・コショウ・(鶏骨)	
21 (火)	ごはん・牛乳		ぎゆうにゆう			こめ			726
	鶏肉と大豆の煮物	とりにく・だいが		にんじん・えだまめ	こんにやく・しょうが	でんぷん・さとう	油	醤油・酒	
	きゅうりとわかめの酢のもの		ちりめんじゃこ・わかめ		きゅうり・しょうが	さとう		酢・醤油	40.1
	かき玉汁	たまご・かまぼこ・(かつおぶし)	スキムミルク・(にぼし・こんぶ)	ほうれんそう	えのきたけ	でんぷん		醤油・酒・塩	
22 (水)	ごはん・牛乳		ぎゆうにゆう			こめ・むぎ			806
	鯖のみそマヨネーズ焼き	さわら・みそ	チーズ	パセリ	しょうが	さとう	ごま油	酒・みりん	
	磯香和え		のり	ほうれんそう・なのはな・にんじん	もやし			醤油・みりん	36.9
	春雨汁	ぶたにく・(かつおぶし)	(にぼし・こんぶ)	にんじん・こねぎ	キャベツ・ほししいたけ・しょうが	はるさめ	ごま油	醤油・酒・塩	
23 (木)	スパゲティーミートソース・牛乳	ぎゆうにく・ぶたにく	チーズ ぎゆうにゆう	トマト・にんじん・グリーンピース	たまねぎ・にんにく・セロリ	スパゲティー・でんぷん・さとう	オリーブ油	ケチャップ・デミグラスソース・ソース・醤油・塩・コショウ・コンソメ・(鶏骨)	898
	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	36.3
	手作りミニカップケーキ	たまご		ほうれんそう		こむぎこ・さとう	ひまわり油	ベーキングパウダー	
24 (金)	ごはん・牛乳		ぎゆうにゆう			こめ・むぎ			898
	ハンバーグ	ぎゆうにく・ぶたにく・とりにく・おから・たまご	ぎゆうにゆう		たまねぎ・マッシュルーム	ばんこ・さとう	バター	デミグラスソース・ケチャップ・ワイン・ソース・醤油・塩・コショウ・ナツメ	40.0
	ツナじゃが	まぐろあぶらづけ		にんじん・グリーンピース	たまねぎ・こんにやく	じゃがいも・さとう	オリーブ油	醤油・酒・みりん・コンソメ・コショウ・だし汁	
	みそスープ	みそ・ベーコン・(かつおぶし)	ぎゆうにゆう・なまくりーム(こんぶ)	こまつな	だいこん・たまねぎ・しめじ			酒	
	果物(伊万里産いちご)				いちご				
27 (月)	にんじんごはん・牛乳		ちりめんじゃこ・(こんぶ) ぎゆうにゆう	にんじん		こめ・むぎ	油	醤油・酒	789
	五目たまご焼き	たまご・とりにく・かに・ふうみかまぼこ		ほうれんそう	たまねぎ・ほししいたけ		ごま油	だし汁・醤油・みりん・酒・塩	
	おからの炒り煮	おから・とりにく・かまぼこ	ぎゆうにゆう	にら	キャベツ・たまねぎ・こんにやく・ほししいたけ	さとう		だし汁・醤油・酒	37.1
	豚汁	ぶたにく・あつあげ・みそ	(にぼし)	にんじん・はねぎ	ごぼう・こんにやく・たまねぎ・だいこん・しょうが	さつまいも	ごま油	酒	
28 (火)	ごはん・牛乳		ぎゆうにゆう			こめ・むぎ			796
	春巻き(2種)	ぶたにく・チーズ・ハム		にんじん	たけのこ・たまねぎ・ほししいたけ	こむぎこ・でんぷん・はるさめ	油	醤油・オイスターソース・塩・コショウ	
	きんぴらごぼう	ぎゆうにく・さつまあげ		にんじん・いんげん	ごぼう・こんにやく	さとう	くろごま・ごま油	醤油・酒・とうがらし	31.5
	もずくスープ	なると・(かつおぶし)	もずく・(にぼし・こんぶ)	こねぎ	ほししいたけ			醤油・酒・塩・コショウ	
29 (水)	しょうわ ひ 昭和の日								
30 (木)	ごはん・牛乳		ぎゆうにゆう			こめ・むぎ			813
	白身魚のフライ	バス・たまご	チーズ			こむぎこ・ばんこ	油	ソース・ワイン・塩・コショウ	
	ビーフンサラダ	ハム		にんじん	きゅうり・キャベツ・とうもろこし	ビーフン		青じそクリームドレッシング・塩・コショウ	37.4
	キムチ汁	とうふ・ぶたにく・みそ		にら・にんじん	はくさいキムチ・もやし・たまねぎ・しめじ・ほししいたけ・しょうが・にんにく・セロリ		ごま油	醤油・酒・(鶏骨)	

※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 (エネルギー)  
(たんぱく質) 797  
34.6