

令和4年度

特別支援学校大宮ろう学園

# 7月 学校給食予定献立表

今月の給食目標  
正しい姿勢で食べよう

日	曜日	献立名 <small>※材料の都合により、献立の一部を 変更することがありますのでご了承ください。</small>	赤の仲間 <small>体を作る元になる</small>			緑の仲間 <small>体の調子を整える</small>		黄色の仲間 <small>熱や力の元になる</small>		エネルギー 幼稚部 小学部 中・高等部 kcal
			1群	2群	牛乳	3群	4群	5群	6群	
1	金	ごはん ～半夏生～ 豚肉の漬け焼き オクラのお浸し たこ入り肉団子汁	豚肉			しょうが にんにく		米 砂糖	497 646 844	
4	月	ごはん ひき肉と野菜の春雨炒め ポーク焼売 干し椎茸と大根のスープ	豚肉			人参 青ピーマン 玉葱 にんにく しょうが		米 春雨 油 ごま ごま油	472 614 815	
5	火	ごはん 鯖の塩焼き 和風ポテトサラダ わかめと麩のすまし汁	鯖			人参 枝豆 玉葱		米 じゃがいも 砂糖 麩	452 551 722	
6	水	けんちんうどん ひき肉入り煮し豆腐 黒糖ゼリーのきな粉かけ	豆腐 鶏肉 豆腐 鶏肉			人参 こねぎ ごぼう 大根 ねぎ		うどん 里芋 こんにゃく 砂糖 砂糖 片栗粉 砂糖	448 619 870	
7	木	五色ごはん ～七夕献立～ 炒り豆腐 素餅 七夕すまし汁	豚肉 油揚げ 豆腐 豆腐 豆乳			人参 ほうれん草 人参 グリンピース		米 里芋 油 砂糖 油 ごま油 小麦粉 米粉 砂糖 油	533 673 884	
8	金	ごはん チキン南蛮 なすと小松菜のおかか和え じゃがいもと大根の味噌汁	鶏肉 ゆで卵 ちくわ かつお節			パセリ 小松菜 青梗菜		米 玉葱 小麦粉 砂糖 油 マヨネーズ 風調味料(卵不使用)	519 666 872	
11	月	ごはん 納豆の日(7/10) 彩の国納豆 具入り卵焼き もやしと水菜のお浸し キャベツと豆腐の味噌汁	納豆 卵 鶏肉 ちくわ 豆腐			人参 ほうれん草 水菜 人参 キャベツ ねぎ		米 じゃがいも 砂糖 油	509 620 798	
12	火	ごはん グリルドチキン シーザーサラダ じゃがいもとピーマンのスープ	鶏肉 ベーコン チーズ ウィンナー			人参 グリンピース トマト缶 ブロッコリー 青ピーマン		米 玉葱 にんにく 玉葱 しめじ 小麦粉 砂糖 油 パン粉 砂糖 油 じゃがいも	497 634 829	
13	水	ナン キーマカレー かぼちゃサラダ 元氣ヨーグルト	豚肉 ロースハム 元氣ヨーグルト			トマト缶 グリンピース かぼちゃ 人参		ナン 玉葱 にんにく しょうが 玉葱 マヨネーズ 風調味料(卵不使用)	502 620 814	
14	木	ごはん 肉じゃが ゆでとうもろこし 人参と青菜の味噌汁	豚肉			さやえんどう コーン 青梗菜 人参 小松菜		米 じゃがいも 白滝 砂糖	463 582 763	
15	金	ごはん シイラのパン粉焼き カリブサラダ 鶏肉ともやしのスープ	シイラ 鶏肉			パセリ バジル 赤ピーマン ブロッコリー 小松菜		米 にんにく パン粉 油 砂糖 油	459 567 738	
19	火	豚ハヤシライス キャベツとわかめの和え物 手作りなめらかプリン	豚肉 わかめ 卵			グリンピース 小松菜 人参		玉葱 マッシュルーム キャベツ えのき にんにく 米 玄米 砂糖 砂糖	575 732 961	