令和4年 5月号 徳島県立板野支援学校 給食部発行

L		5月の予定献立 │		材 料 名						メモ ************************************				
	主食	4	おかず	血や肉になるも			整えるもの(緑)	熱や力のもとになる		熱量	タンパク	脂肪	カルシウム	, ‡
		*		肉・魚・卵・豆/豆製品	牛乳・小魚・海薬	1	淡色野菜・くだもの	穀類・いも・さとう	油脂類	kcal	g	g	mg て あら	
			ギョーザどんぶり	豚肉	牛乳	ニラ	キャベツ たまねぎ にんにく しょうが	ごはん デンプン	米油 ごま油	, ,	を事の「	前後は	手を洗よ	うう
	ごはん	•	<sup>ちゅうか</sup> 中華スープ	鶏肉 うずら卵		葉ねぎ にんじん	白菜 たまねぎ しいたけ	はるさめ						
			ひゅうがなつ 日向夏ゼリー					日向夏ゼリー		760	30.8	24.4	332	
		╁	-		牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ	ごはん じゃがいも こんにゃく 砂糖	Mr.Sup	ŧ	せつた	±		<u>+</u>
		_	じゃがいものそぼろ煮			12000 2210170				季	∵節の食 I	:べ物「 I	じゃがい	٠ŧJ
	ごはん	•	いかとキャベツの酢の物	いか	わかめ		キャベツ きゅうり	砂糖	ごま	791	26.9	21.1	335	
			<sub>あお</sub> ミニ青りんごゼリー きくらげのり				きくらげのり	ミニ青りんごゼリー		///	20.7	21.1	000	
			並  が  を  が  が	鮭 みそ	牛乳		たまねぎ	ごはん	マヨネーズ	さか <b>4</b>	なた	トネーき	ょう う日は「i	さけ
			· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	<b>*</b>		ブロッコリー				,A44	. Z R ``	ፈ/ነማ 		座」
	ごはん	_	ボイルブロッコリー							767	32.7	24.6	366	
			サリート 大根の煮物	さつま揚げ 油揚げ		にんじん さやいんげん	大根	砂糖	米油	ļ	<u> </u>		$oldsymbol{ol}}}}}}}}}}}}}}}}}}$	$\perp$
	<b>ಪ್ರಶ್ನ</b> ಬ		わかめうどん	豚肉 かまぼこ	牛乳 わかめ	葉ねぎ にんじん	たまねぎ	パン うどん		徳	まっとは	を物に	:ると <b>鳥門わか</b>	18
	よ粉入り	•	旅肉と野菜のしょうが炒め	豚肉		にんじん	しょうが たまねぎ キャベツ もやし		米油 ごま油					1
	パン							みかんジャム		758	34.0	18.9	389	
_		-	みかんジャム							<b>*</b>	13	ひるき	:ゅうし.J使う:	73
			豚キムチ	豚肉	牛乳	ニラ にんじん	キムチ もやし キャベツ	ごはん 砂糖	米油 ごま油 ごま	今	首のお	昼は「私	冷食放	送」
	ごはん	•	中華コーンスープ	鶏肉 豆腐		にんじん チンゲンサイ	コーン	デンプン	ごま油	759	20.2	01.0	0.41	
			<sup>ふう</sup> ヨーグルト風クレープ					ヨーグルト風クレープ		/59	30.3	21.2	341	
		t	こうやどうふ にもの 高野豆腐の煮物	鶏肉 高野豆腐	牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ しいたけ	ごはん 砂糖 じゃがいも			じばさ	んぶつ	いたけ」	_
		_	* ± n						<b>→</b> →		. 地場自 	生物 Iし 	いたけ」	ı
	ごはん		キャベツの酢の物	油揚げ 錦糸卵		にんじん	キャベツ	砂糖	ごま	732	29.9	18.0	398	
_		L								L				L
			チキンカレー	鶏肉	牛乳	にんじん	たまねぎ 枝豆 しょうが にんにく	ごはん じゃがいも	米油		じばさ. 地場i	んぶつ 産物「に	んじん」	
	ごはん		ッインカレー <sup>ふくじんづ</sup> 福神漬け				福神漬け							l
	こはん		備仲演げ 		A1 -51					776	24.1	18.8	305	
L		_	フルーツムース		牛乳	<b>/</b>	桃 みかん パイン			ļ	* " "			L
			ゃ 焼き魚のごまみそかけ	さば みそ	牛乳	<b>*</b>	しょうが	ごはん 砂糖	ごま		季節の	を入れ	。 勿「ふき」	J.
	ごはん	•	ゃきぃ ふきと野菜のうま煮	鶏肉		にんじん	ふき たけのこ	こんにゃく 砂糖	米油 ごま油					
	<b>—</b> 1011 0		J.C.C.1, X.V.							749	37.3	22.9	300	
L		-	_ 15	9 t 2 -> 7#2 m	4. 151	- (	4 + L + 2 + =	2. 101811 Tablet		ŧ	せつ ナ	t ŧo		丄
	こめこい 米粉入り		ケチャップ煮	鶏肉 ベーコン うずら卵	牛乳	にんじん トマトピューレ	たまねぎ 枝豆	パン じゃがいも 砂糖		4	♪節の¶ 	とべ物「	たまねま	ぎ」
		•	フルーツポンチ				桃 みかん パイン	砂糖 ゼリー		771	32.7	23.0	327	
	パン									///	02.7	20.0	027	
t		l	とり天 ピリ辛きゅうり	鶏肉 卵	牛乳		しょうが きゅうり	ごはん 小麦粉 デンプン 砂糖	米油 ごま油	g	にいつき 1	にち しょ ロル14 F A	はないと	_
				豆腐 かまぼこ	わかめ	にんじん 葉ねぎ				1	# /3 IY	 	: 同の日 	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,
	ごはん	_	おかたける 若竹汁	豆腐 かまほこ	נאימנא	にんしん 呆ねさ	たけのこ			764	31.8	24.1	333	
L			バナナババロア					バナナババロア						
			はるさめと鶏肉の中華炒め	鶏肉 うずら卵	牛乳	にんじん チンゲンサイ ピーマン	たけのこ たまねぎ	ごはん はるさめ	米油		はやねに早寝・」	<sup>はやお</sup> 早起き・	<sub>あさ</sub> 朝ごは/	l
	ごはん	•	<sup>はるま</sup> 春巻き	春巻き					米油					Ì
	_ I&/U					ミニトマト				767	26.3	23.1	336	
ŀ		-	ミニトマト								じげま	んぶつし	<u> </u>	l.
			<sup>ぉゃぇ</sup> 親子どんぶり	鶏肉 かまぼこ 卵	牛乳	葉ねぎ	しいたけ たまねぎ	ごはん 砂糖 デンプン			地場	んぶつ I <b>産物「ヨ</b>	<b>Ěねぎ</b> 」	i
	ごはん	•	す。 酢の物	はんぺん	わかめ		きゅうり	砂糖	ごま	500	01.0	1/0	010	
			いちごのスティックケーキ					いちごのスティックケーキ		732	31.2	16.8	313	
t		t	たらこのスティファブ マ こうみ あ ちくわの香味揚げ	ちくわ 卵	牛乳 青のり			ごはん 小麦粉	米油	اکخ	ま きょ	うどりょうり	「そば米	りじる
		L		2/1/ 9/1	T-76 F000		,			應	島の郷、 	土料埋 	そは米 	.7T 
	ごはん	•	ごまあえ	***************************************		ほうれんそう	白菜	砂糖	ごま	759	32.8	20.5	408	
			そば米汁	鶏肉 ちくわ 油揚げ		にんじん 葉ねぎ	大根 しいたけ	こんにゃく そば米						
	- 45 - 17		ビーフン炒め	豚肉 いか えび 卵	牛乳	にんじん ピーマン	たけのこ たまねぎ キャベツ	パン ビーフン	米油 ごま油	ν_·	フンはギ	こめ 氷ん	できれる	L 13
	まかこい 米粉入り	_	t	ギョーザ					米油					Ì
	パン		揚げギョーザ	7 7					<b>不</b> 凋	784	31.4	25.9	345	
Ļ		_	ボイルもやし				もやし			ļ —	16.13.1.17	(+ / + · · · · · · · · · · · · · · · · ·	114111 / 41	Ţ
			ミートボールトマトソース煮	ミートボール	牛乳	にんじん さやいんげん トマトビューレ	たまねぎ マッシュルーム たけのこ しいたけ	ごはん	米油		生徒保	健給食	数いんかは	ž,
	ごはん	•	<sub>あお</sub> 青じそドレッシングあえ			にんじん	キャベツ もやし		ドレッシング					
	<b>—</b> 1011 0									746	24.8	22.8	305	
H		H		灰肉	牛乳	[-/// L <sup>2</sup> -> #1 <sup>2</sup>	しょうが たけのこ にんにく キャベツ	→1+ 4. Tox serie	水沖	<del>                                     </del>	じばさ	んぶつ		
١			ホイコーロー	豚肉	十孔	にんじん ピーマン 葉ねぎ	しょフか たけのこ にんにく キャベツ	ごはん 砂糖	米油		地場 	重物「た ┃	:けのこ」	ı
	ごはん	•	シューマイの甘酢あんかけ	シューマイ				砂糖 デンプン	米油	750	33.0	21.0	360	
										, 55	50.0	21.0	000	
Ī		T	肉じゃが		牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ	ごはん じゃがいも こんにゃく 砂糖	米油	き せ	カーた	±ο <b>√36</b> Γ−⊃	゚スパラ	<u>-</u>
	_a									子	マック (英 <sup>*</sup>	<u>、物リア</u> 	ヘハラブ 	ĭ
	ごはん		アスパラガスのごまあえ	みそ		アスパラガス		砂糖	ごま	715	28.4	17.1	335	
L										<u> </u>	<u> </u>		<u> </u>	L
ľ			しろみざかな 白身魚のカニあんかけ	鰆 カニ	牛乳	葉ねぎ	しいたけ しめじ	ごはん デンプン	米油 ごま油	さか <b>角</b>	なたを	よう!	ようは「	わら <b>路</b>
	ごはん	•	とんにる	豚肉 豆腐 みそ		葉ねぎ にんじん	ごぼう えのき	じゃがいも こんにゃく						Ī
	LIAN	ĺ	Dタ/			-		1		725	33.3	25.1	311	
L		1	1+44 女= 3	ころ他の理由に LII	計され亦声・	 オス坦ムがセリナナ	御フ承/ださい	<u> </u>	ms 12: 11	P.5.6	01 -	64 :	0.7-	+
			材料の購入	し、その他の理由により	, 魞丛を変更	りる場合かめります	。」即」承くたさい。		平均值	758	31.0	21.6	342	
				10333 1033					基準値	760	28.0	21~25	420	- 1









