

令和 6年 5月

# こんだて

ただ み  
**正しく身じたくしましょう!**

東京都立八王子西特別支援学校

三角巾・帽子		1日(水)	2日(木)	3日(金)
 <p>エプロン 白</p> <p>きゅうしよく じゆんび ◎給食の準備をする ときは、エプロンと さんかくきん 三角巾をつけましょ う。 そして、てあら わす 忘れずに。</p>		<p>ごはん</p> <p>さかな なんぶ や 魚の南部焼き</p> <p>と 土佐漬</p> <p>にらじゃが</p> <p>みそ汁 <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳</p> <p>I初* - 765kcal</p>	<p>たけのご飯 <small>はん ぎゅうにゅう</small> 牛乳</p> <p>たまご や 玉子焼き</p> <p>ごまからしあえ</p> <p>あおさのみそ汁</p> <p>カラマンダリン (柑橘類)</p> <p>I初* - 642kcal</p>	<p>《 けんぽうきねんび 》 憲法記念日</p> <p>給食の前には 手洗おう</p> 
6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)
<p>こどもの日の ふりかえきゅうじつ 振替休日</p> 	<p>スパゲティミートソース</p> <p>コールスローサラダ</p> <p>やさい 野菜スープ</p> <p><small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳</p> <p>I初* - 682kcal</p>	<p>ごはん</p> <p>ししゃもの <small>りょくちやあ</small> 緑茶揚げ</p> <p>だいこん あさづ 大根の浅漬</p> <p>ひじきの炒り煮</p> <p>みそ汁 <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳</p> <p>I初* - 718kcal</p>	<p>ごはん</p> <p>ちんじやおろーすー 青椒肉絲</p> <p>はるさめスープ</p> <p>パイナップル</p> <p><small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳</p> <p>I初* - 685kcal</p>	<p>や 焼きとり <small>どん</small> 丼</p> <p>やさい 野菜のごま酢あえ</p> <p>みそ汁</p> <p>きよみ 清見オレンジ</p> <p><small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳</p> <p>I初* - 663kcal</p>
13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)
<p>ごはん</p> <p>さかな (イサ) のさんが焼き</p> <p>やさい 野菜いため</p> <p>あます もやしの甘酢あえ</p> <p>みそ汁 <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳</p> <p>I初* - 715kcal</p>	<p>きなこ揚げパン</p> <p>ポトフ</p> <p>かぶのピクルス</p> <p>カラマンダリン (柑橘類)</p> <p><small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳</p> <p>I初* - 703kcal</p>	<p>豚肉と青菜のあんかけ焼きそば</p> <p>ちゅうかふう 中華風ピリカラ漬</p> <p>トマトとわかめのスープ</p> <p>あんじんどうふ 杏仁豆腐</p> <p><small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳</p> <p>I初* - 652kcal</p>	<p>ごはん のりの佃煮</p> <p>にくどうふ 肉豆腐</p> <p>みそ汁</p> <p>きよみ 清見オレンジ</p> <p><small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳</p> <p>I初* - 699kcal</p>	<p>ごはん</p> <p>さかな かんこくふう 魚の韓国風ソース</p> <p>あおな 青菜ともやしの炒めもの</p> <p>ひじきのごまサラダ</p> <p>みそ汁 <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳</p> <p>I初* - 689kcal</p>
20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)
<p>ごはん</p> <p>とりにく こうやどうふ あげ煮 鶏肉と高野豆腐の揚げ煮</p> <p>のり酢あえ</p> <p>みそ汁 <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳</p> <p>I初* - 704kcal</p>	<p>ごはん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳</p> <p>さかな (さば) の香味焼き</p> <p>キャベツと昆布の漬物</p> <p>やさい あつあ 野菜と厚揚げのさっと煮</p> <p>かぶのみそ汁</p> <p>I初* - 723kcal</p>	<p>チキンカレーライス</p> <p>ごぼうのサラダ</p> <p>きのこの野菜スープ</p> <p><small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳</p> <p>I初* - 736 kcal</p>	<p>きつねうどん</p> <p>ツナと大根のサラダ</p> <p>ブルーベリーヨーグルト</p> <p><small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳</p> <p>I初* - 674kcal</p>	<p>ごはん</p> <p>ぶたにく さんみ や 豚肉の三味焼き</p> <p>ゆで野菜</p> <p>かりほしだいこん にも 切干大根の煮物</p> <p>かきたま汁 <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳</p> <p>I初* - 703kcal</p>
27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)
<p>はいが 胚芽パン</p> <p>チリコンカン</p> <p>グリーンサラダ</p> <p>カスタードプリン</p> <p><small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳</p> <p>I初* - 711kcal</p>	<p>ごはん</p> <p>さかな なんぼんづ 魚の南蛮漬</p> <p>ポテトとハムの野菜いため</p> <p>みそ汁 <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳</p> <p>I初* - 679kcal</p>	<p>わかめとじゃこのご飯</p> <p>とりだんご だいこん 鶏団子と大根のべっこう煮</p> <p>みそ汁</p> <p>きよみ 清見オレンジ</p> <p><small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳</p> <p>I初* - 732kcal</p>	<p>ごはん</p> <p>とりにく 鶏肉のバーベキューソース</p> <p>じゃが芋とパプリカのソテー</p> <p>ごま浸し</p> <p>なめこ汁 <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳</p> <p>I初* - 678kcal</p>	<p>そばろ丼</p> <p>しそドレサラダ</p> <p>いなかじる 田舎汁</p> <p>みかんゼリー</p> <p><small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳</p> <p>I初* - 689kcal</p>

※食材の都合等により、献立や使用食材を変更する場合があります。