

令和 8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  エプロン・白衣		◎給食の準備をするときは、 エプロンと三角巾をつけましょう。 そして、手洗いも忘れずに。		食事の前に 手を洗おう!		1日(金) ごはん・のりの佃煮 肉じゃが みそ汁 いちご 牛乳 I補給 - 644kcal
4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)		
みどりの日 	こどもの日 	振替休日 	スパゲティミートソース 豆のサラダ 野菜スープ 牛乳	ごはん 牛乳 ししゃもの緑茶揚げ 大根の浅漬け みそ汁 オレンジポンチ I補給 - 731kcal		
11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)		
チャーハン もやしの南蛮漬け 豆腐の中華スープ 牛乳	ごはん 牛乳 鶏肉のごまみそ焼き 野菜炒め フレンチポテトサラダ わかめのしょうが汁	豚丼 ツナあえ みそ汁 柑橘類(カラマンダリン) 牛乳	ごはん 牛乳 魚(赤魚)の煮つけ ゆで野菜 鶏ごぼう汁 いちごミルクゼリー	きなこ揚げパン ポトフ 大根のピクルス 清見オレンジ 牛乳 I補給 - 688kcal		
18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)		
ごはん 鶏肉と高野豆腐の揚げ煮 のり酢あえ みそ汁 牛乳	ごはん 青椒肉絲 はるさめのスープ パイナップル 牛乳	とり南蛮うどん しそドレサラダ ちくわの磯辺揚げ 牛乳	ごはん 魚の南部焼き きゃべつと昆布の漬物 切り干し大根の煮物 みそ汁 牛乳	カレーライス コールスローサラダ きのこと野菜のスープ 牛乳 I補給 - 720kcal		
25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)		
胚芽パン チリコンカン グリーンサラダ 豆乳ゼリー夏みかんソース 牛乳	ごはん 牛乳 魚のから揚げ野菜あんかけ ゆで野菜 きんぴらごぼう みそ汁	ソース焼きそば かぼちゃの中華あえ 小松菜と厚揚げのスープ フルーツヨーグルト 牛乳	ごはん ひじき入り玉子焼き 青じそあえ 大豆とじゃこの甘辛揚げ みそ汁 牛乳	鮭ごはん 生揚げと野菜の煮物 みそ汁 メロン 牛乳 I補給 - 734kcal		

※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。