

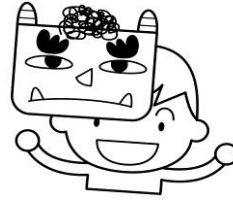
2がつ よていこんだてひょう

令和7年 1月 29日
 都立小金井特別支援学校
 校長 中島 雄佑
 栄養職員 北川 園子

2がつの
 きゅうしよくひょう

きまりをまもり じょうずに あとかたづけをしよう

こんげつは、しょうがくぶ1ねんせいの
 リクエストメニューをとりいれています。



3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)
★ごはん いわしのかばやき ★ごまあえ ★みそしる きなこだいず ぎゅうにゅう 小低: 527 kcal 小高: 642 kcal 中学: 732 kcal	★カレーライス フレンチサラダ ほうれんそうのスープ ネーブルオレンジ ぎゅうにゅう 小低: 538 kcal 小高: 621 kcal 中学: 701 kcal	★ココアあげパン ポトフ ごぼうサラダ フルーツヨーグルト ぎゅうにゅう 小低: 502 kcal 小高: 595 kcal 中学: 729 kcal	★ごはん ★ハンバーグ ★フライドポテト おひたし ★みそしる デコボン ぎゅうにゅう 小低: 538 kcal 小高: 618 kcal 中学: 709 kcal	ごはん さばのからみやき いりどり みそしる りんご ぎゅうにゅう 小低: 490 kcal 小高: 562 kcal 中学: 666 kcal
10日(月)	11日(祝)	12日(水)	13日(木)	14日(金)
★おやこどん ★のりあえ なめこじる ★チョコケーキ ぎゅうにゅう 小低: 577 kcal 小高: 671 kcal 中学: 763 kcal	けんこくきねんのひ 	★みそラーメン ★あげぎょうぎ わかめサラダ ★ヨーグルト ぎゅうにゅう 小低: 577 kcal 小高: 655 kcal 中学: 729 kcal	★ごはん ★マーボー豆腐 はるさめサラダ ちゅうかごもくスープ あんにん豆腐 ぎゅうにゅう 小低: 524 kcal 小高: 607 kcal 中学: 687 kcal	★ごはん ★さばのみそに だいこんとじゃこのサラダ けんちんじる ★りんご ぎゅうにゅう 小低: 530 kcal 小高: 608 kcal 中学: 716 kcal
17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)
★チキンライス カラフルサラダ やさいスープ ★チーズケーキ ぎゅうにゅう 小低: 537 kcal 小高: 620 kcal 中学: 706 kcal	★ごはん ★あじフライ やさいのもの ★みそしる ★りんごゼリー ぎゅうにゅう 小低: 502 kcal 小高: 582 kcal 中学: 666 kcal	★シュガートースト ★クリームシチュー ブロッコリーサラダ ネーブルオレンジ ぎゅうにゅう 小低: 562 kcal 小高: 656 kcal 中学: 799 kcal	★ごはん ★さけのちゃんちゃんやき ひじきのもの さつまじる ★いちご ぎゅうにゅう 小低: 535 kcal 小高: 622 kcal 中学: 734 kcal	★ごはん ★とんかつ ★ごまあえ ★みそしる ★りんご ぎゅうにゅう 小低: 502 kcal 小高: 576 kcal 中学: 670 kcal
24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)
ふりかえきゅうじつ 	★ごはん ★からあげ おかかあえ ぐだくさんじる ★オレンジゼリー ぎゅうにゅう 小低: 496 kcal 小高: 585 kcal 中学: 681 kcal	★ミートソーススパゲティ イタリアンサラダ はくさいのカレースープ ★プリン ぎゅうにゅう 小低: 530 kcal 小高: 614 kcal 中学: 701 kcal	★ごはん ★さけのしおやき だいこんおろし ごもくきんぴら ★とんじる ★りんご ぎゅうにゅう 小低: 497 kcal 小高: 568 kcal 中学: 671 kcal	★ひじきごはん ★ようふうたまごやき おひたし ★みそしる ★いちご ぎゅうにゅう 小低: 537 kcal 小高: 616 kcal 中学: 710 kcal

*安全な食材の仕入れ等により、献立が変更となる場合があります。御了承ください。