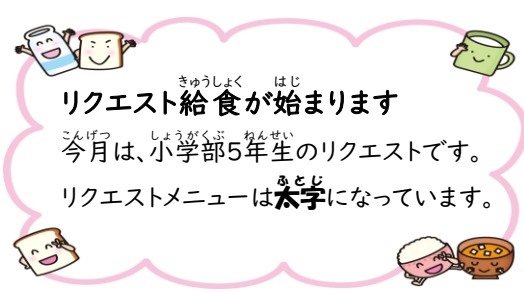


6がつ よていこんだてひょう

都立小金井特別支援学校
 校長 石田 節恵
 栄養士 高野 美幸

きゅうしょくもくひょう

てをきれいにあらおう

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)
ターメリックライス ドライカレー カラフルサラダ ビーンズスープ フルーツヨーグルト ぎゅうにゅう 小低: 518 kcal 小高: 599 kcal 中学: 680 kcal	ごはん ホイコーロー はるさめサラダ ちゅうかふうミルクスープ こだますいか ぎゅうにゅう 小低: 533 kcal 小高: 611 kcal 中学: 703 kcal	ごはん さけのしおやき だいこんおろし ちゃんぽんいため かぼちゃのみそしる みずようかん ぎゅうにゅう 小低: 525 kcal 小高: 606 kcal 中学: 689 kcal	ごはん とりにくのねぎしおだれ だいずとじゃこのあまからあげ みそしる メロン ぎゅうにゅう 小低: 531 kcal 小高: 611 kcal 中学: 710 kcal	ピザトースト ポトフ イタリアンサラダ パンナコッタ ぎゅうにゅう 小低: 531 kcal 小高: 689 kcal 中学: 744 kcal
8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)
ごはん といのからあげ カレーきんぴら みそしる みかんゼリー ぎゅうにゅう 小低: 522 kcal 小高: 616 kcal 中学: 711 kcal	ハヤシライス アスパラサラダ やさいスープ こだますいか ぎゅうにゅう 小低: 518 kcal 小高: 589 kcal 中学: 677 kcal	ごはん わふう ハンバーグ みそドレッシングサラダ さわにわん メロン ぎゅうにゅう 小低: 540 kcal 小高: 623 kcal 中学: 714 kcal	ごはん いわしのかばやき やさいのばいにくあえ みそしる あじさいゼリー ぎゅうにゅう 小低: 514 kcal 小高: 580 kcal 中学: 696 kcal	ソースやきそば かぼちゃとチーズのサラダ わかめスープ チョコケーキ 牛乳 小低: 559 kcal 小高: 650 kcal 中学: 650 kcal
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)
チャーハン ナムル ニラのスープ あんにんどうふ ぎゅうにゅう 小低: 535 kcal 小高: 623 kcal 中学: 709 kcal	タコライス クープイリチー もずくスープ パイナップル ぎゅうにゅう 小低: 519 kcal 小高: 596 kcal 中学: 678 kcal	ごはん といのつくおやき じゃがいもとちくわのものにも みそしる れいどうみかん ぎゅうにゅう 小低: 535 kcal 小高: 612 kcal 中学: 686 kcal	きなこあげパン クラムチャウダー ブロッコリーのサラダ プリン ぎゅうにゅう 小低: 550 kcal 小高: 655 kcal 中学: 796 kcal	グリンピースごはん にざかな からしあえ 6がつのとんじる まっちゃミルクかんてん ぎゅうにゅう 小低: 532 kcal 小高: 618 kcal 中学: 721 kcal
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)
ごはん タンドリーチキン コーンサラダ ベーコンとやさいのスープ チーズケーキ ぎゅうにゅう 小低: 550 kcal 小高: 632 kcal 中学: 733 kcal	ごはん マーボー豆腐 かふうきゅうり ちゅうかごもくスープ とーるーふあ ぎゅうにゅう 小低: 508 kcal 小高: 585 kcal 中学: 663 kcal	そぼろどん やさいのゆかりあえ こんさいみそしる こだますいか ぎゅうにゅう 小低: 524 kcal 小高: 601 kcal 中学: 690 kcal	ごはん コロケ ラタトゥイユ やさいスープ ヨーグルト ぎゅうにゅう 小低: 540 kcal 小高: 616 kcal 中学: 685 kcal	ぶどうパン グラタン キャベツのマリネ だいこんのトマトスープ さくらんぼ ぎゅうにゅう 小低: 566 kcal 小高: 627 kcal 中学: 784 kcal
29日(月)	30日(火)	 <p>きゅうしょく はじ リクエスト給食が始まります こんげつ しょうがくぶ 5ねんせい 今月は、小学部5年生のリクエストです。 リクエストメニューは太字になっています。</p>		
ごはん といのていやき かいそうサラダ さつまじる こだますいか ぎゅうにゅう 小低: 517 kcal 小高: 588 kcal 中学: 676 kcal	ごはん あじのなんばんづけ ごまあえ とうがんのみそしる パインゼリー ぎゅうにゅう 小低: 517 kcal 小高: 587 kcal 中学: 687 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。