



令和5年度 1月 学校給食予定献立表

埼玉県立行田特別支援学校



| 日 | 曜日 | 献立名 | | 赤 | 黄色 | 緑 | 小学部 エネルギー | 中・高 エネルギー |
|----|----|----------------|--|---------------------------------------|--|---|--------------|--------------|
| | | | | 体をつくる | 熱や力になる | 体の調子を整える | | |
| 10 | 水 | ごはん | おからいりまつかぜやき さんしょくなます さわにわん | 牛乳・鶏ひき肉 おから・みそ たまご・豚モモ肉 かまぼこ | 米・大麦・砂糖 パン粉・ごま | 生姜・ねぎ・大根・人参 きゅうり・ごぼう・小松菜 えのきだけ・干し椎茸 | 611 | 730 |
| 11 | 木 | やきそば | ひじボテサラダ ソファール | 牛乳・豚モモ肉 ひじき・ソファール | 中華めん・油 じゃが芋 | 人参・キャベツ・もやし 玉ねぎ・グリーンピース 枝豆 | 630 | 733 |
| 12 | 金 | きのこの ハヤシライス | チーズサラダ オレンジ | 牛乳・豚モモ肉 チーズ | 米・大麦・油・砂糖 | にんにく・人参・玉ねぎ しめじ・エリンギ マッシュルーム グリーンピース・キャベツ きゅうり・オレンジ | 637 | 761 |
| 15 | 月 | セサミ バーンス | チキンカツ キャベツのサラダ ミネストローネ | 牛乳・鶏むね肉 たまご・ベーコン 粉チーズ | セサミバーンス 薄力粉・パン粉 砂糖・油・じゃが芋 オリーブオイル マカロニ | 人参・キャベツ きゅうり・ブロッコリー 玉ねぎ・セロリ にんにく・トマト缶 | 603 | 772 |
| 16 | 火 | しゃくしな チャーハン | だいがくかぼちゃ はるさめスープ | 牛乳・豚ひき肉 わかめ | 米・大麦・油 ごま油・砂糖 ごま・春雨 | 生姜・人参・ねぎ しゃくし菜・かぼちゃ 干し椎茸・玉ねぎ・しめじ 竹の子・チンゲン菜 | 609 | 730 |
| 17 | 水 | ごはん | ぶたにくのスタミナやき こまつなとあぶらあげの いためもの さつまじる | 牛乳・豚ロース 油揚げ・豆腐 みそ | 米・大麦・ごま油 油・さつまいも こんにゃく | 生姜・にんにく・玉ねぎ アップルソース・小松菜 もやし・大根・人参 ごぼう・チンゲン菜・ねぎ | 627 | 773 |
| 18 | 木 | しおラーメン | にくだんごのもちごめむし きりぼしのサラダ | 牛乳・豚モモ肉 豚ひき肉・わかめ | ホット中華めん 油・もち米 かたくり粉 砂糖・ごま油 | 人参・コーン・キャベツ 玉ねぎ・もやし・生姜 干し椎茸・切干大根 小松菜 | 603 | 774 |
| 19 | 金 | ごはん | カツオのあげびたし じゃがいものにつけ はくさいのみそじる | 牛乳・カツオ 鶏もも肉・豆腐 油揚げ・わかめ みそ | 米・大麦・砂糖 油・じゃが芋 | 生姜・人参・枝豆 干し椎茸・白菜・玉ねぎ | 649 | 795 |
| 22 | 月 | ごはん | とりのこうじみそやき ひじきのごもくに むらくもじる | 牛乳・鶏もも肉 みそ・大豆 ひじき・豆腐 たまご | 米・大麦・油 こんにゃく 砂糖・かたくり粉 | 生姜・人参・ごぼう 干し椎茸・竹の子・玉ねぎ えのきだけ・ねぎ | 616 | 749 |
| 23 | 火 | ちゅうかどん | ワカメとコーンのスープ バナナ | 牛乳・豚モモ肉 うずらの卵・わかめ | 米・大麦・油 かたくり粉 | 人参・干し椎茸・玉ねぎ キャベツ・竹の子 にんにく・生姜・コーン チンゲン菜・ねぎ・バナナ | 629 | 743 |
| 24 | 水 | ごはん | サケのしおやき たくあんとやさいのあえもの ごじる みかん | 牛乳・サケ かつお節・鶏もも肉 大豆・みそ・豆乳 | 米・大麦・油 こんにゃく じゃが芋 | たくあん・キャベツ きゅうり・人参・ほうれん草 ごぼう・大根・しめじ ねぎ・チンゲン菜・みかん | 575 | 701 |
| 25 | 木 | きなこ あげパン | フレンチサラダ クリームシチュー | 牛乳・きなこ・ハム 鶏もも肉・牛乳 | ツイストパン 砂糖・油・じゃが芋 | 人参・きゅうり キャベツ・玉ねぎ ブロッコリー・コーン | 592 | 758 |
| 26 | 金 | やさいきのこ うどん | さつまいものでんぷら ワカメのわふうサラダ | 牛乳・鶏もも肉 わかめ | 地粉うどん・油 さつまいも・薄力粉 ごま油・砂糖 | しめじ・干し椎茸・人参 ねぎ・白菜・ほうれん草 キャベツ・きゅうり・コーン | 560 | 739 |
| 29 | 月 | ひじきごはん | れんこんサラダ すいとん | 牛乳・鶏もも肉 油揚げ・ひじき | 米・大麦・油 砂糖・薄力粉 こんにゃく・じゃが芋 | 人参・ごぼう・干し椎茸 れんこん・きゅうり キャベツ・コーン・白菜 しめじ・大根・ねぎ | 599 | 719 |
| 30 | 火 | チキンカレー | ポパイサラダ りんご | 牛乳・鶏もも肉・ツナ | 米・大麦・油 じゃが芋・砂糖 | にんにく・玉ねぎ・人参 アップルソース・トマト缶 ほうれん草・キャベツ コーン・りんご | 652 | 777 |
| 31 | 水 | ごはん | サバのごまみそかけ きりぼしのにも よせなべふうスープ | 牛乳・さば みそ・油揚げ 鶏もも肉・豆腐 | 米・大麦・砂糖 ごま・かたくり粉 白滝 | 切干大根・人参 干し椎茸・小松菜 大根・白菜 えのきだけ・ねぎ | 652 | 805 |

※食材等の都合により献立を変更することがあります。あらかじめご了承ください。