



寄宿舎献立表【4月】



筑波大学附属久里浜特別支援学校

	朝食	昼食	夕食		朝食	昼食	夕食				
8 日 木	しぎょうしき 始業式	ごまロール、ミニメロンパン かぼちゃのマフィン にくだんごスープ はるまき、チーズフライ はるさめサラダ、ヤクルト	ごはん、みそしる アジのやさいあんかけ はるさめとひきにくのあえもの のりつくだに くだもの(いちご)	23 日 金	フレンチトースト シロップ&マーガリン アップルジュース ロールキャベツ マカロニサラダ	きゅうしょく					
	9 日 金	ごはん、みそしる ハムエッグ こんぶいりきんぴら ふりかけ(せとふうみ) いよかんゼリー	にゅうがくしき 入学式			26 日 月	 生活の わかめスープ くだもの(バナナ) ソファールプレーン	やきうどん わかめスープ くだもの(バナナ) ソファールプレーン	にしよくどんぶり すましじる はるさめサラダ こんにゃくでんがく アセロラゼリー		
		12 日 月			きゅうしょく		ぎゅうどん みそしる きゅうりのすのもの レモンゼリー	27 日 火	ごはん、みそしる サバのしおやき きんぴらごぼう たまごのふくろに ヤクルト	ごはん、コンソメスープ ポークカツ きりこんぶのもの かぼちゃのマフィン	ごはん、みそしる にざかな(あかうお) ピーマンソテー くだもの(いちご) ココアムース
			13 日 火		ピザトースト はるさめスープ ミモザサラダ しろぶどう&ほうれんそうジュース		きゅうしょく		ハヤシライス わかめスープ ジャーマンポテト ぶどうゼリー	28 日 水	ごはん、みそしる ぶたにくのしょうがやき ほうれんそうのごまあえ しょうなんゴールドゼリー
14 日 水				ごはん、たまごスープ サバのみそに やさしいため げんきヨーグルト くだもの(いちご)	きゅうしょく		ごはん、みそしる あんかけにくどうふ じゃがいものカレーいため あじつけおかか プリン		29 日 木		ごはん、コンソメスープ ぶたにくとキャベツのいためもの にしよくサラダ あじつけのり げんきヨーグルト
	15 日 木			ごはん、みそしる なっとう、やきのり きりほしだいこんのもの ほうれんそうソテー ヤクルト	きゅうしょく	ごはん、みそしる くしかつ かぶのサラダ アップル&キャロットジュース	30 日 金				振替休日
		16 日 金		ごはん、みそしる サケのしおやき ひじきのいりに くだもの(バナナ) オレンジジュース	きゅうしょく			平均 朝食E 593Kcal/P 25.3g 昼食E 663Kcal/P 27.0g 夕食E 608Kcal/P 26.4g			
			19 日 月		きゅうしょく	ごはん、キャベツのスープ サケのムニエル きりこんぶのもの オレンジゼリー		しんきゅう おめでとう! 			
20 日 火				ごはん、みそしる あつやきたまご ウイナーソテー なのはなのおひたし ジョア(マスカット)	きゅうしょく	ごはん、みそしる コロッケ なのはなのおひたし レモンゼリー		せいかつリズムをととのえよう! 			
	21 日 水			ごはん、コンソメスープ にざかな(カレイ) じゃことおなのいためもの じゃがいものチーズやき げんきヨーグルト	きゅうしょく	ごはん、みそしる チキンカツ いんげんのごまあえ ぎゅうにゅうプリン					
		22 日 木		ごはん、みそしる はんぺんマヨやき ぜんまいのもの ふりかけ、くだもの(いちご) アップル&キャロットジュース	きゅうしょく	ごはん、みそしる アジフライ こおりどうふのもの ジョア(ストロベリー)					