

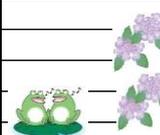
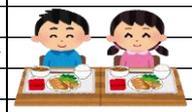
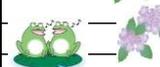
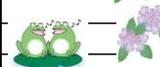
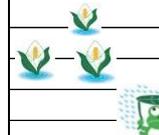


寄宿舎献立表【6月】



筑波大学附属久里浜特別支援学校寄宿舎

平均 朝食E 579Kcal/P 23.9g 給食E 630Kcal/P 26.7g 夕食E 607Kcal/P 25.2g

	朝食	昼食	夕食		朝食	昼食	夕食
1 日 火	ピザトースト		ごはん、みそしる	16 日 水	ごはん、みそしる		ごはん、すましじる
	ぎゅうにゅう	きゅうしょく	チキンカツ		にざかな(カレー)	きゅうしょく	とりにくのみそづけやき
	かぼちゃサラダ		いんげんのごまあえ		じゃことおなのいためもの		コールスローサラダ
	オレンジゼリー		ぶどうゼリー		くだもの(バナナ)		ほうれんそうのいそべあえ ジョア(ストロベリー)
2 日 水	ごはん、みそしる		ごはん、みそしる	17 日 木	ごはん、みそしる		ごはん、みそしる
	ちくさやき	きゅうしょく	サケフライ		サケのしおやき	きゅうしょく	チーズカツ
	ぜんまいのにももの		きりこんぶのにももの		なすとピーマンのみそいため		かぶのすのもの
	ソファールストロベリー		ぎゅうにゅうかんでん		アセロラゼリー		きりほしだいこんのにももの
3 日 木	クロワッサン、ごまロール		ごはん、みそしる	18 日 金	バターロール		ごはん、みそしる
	コンソメスープ	きゅうしょく	あげざかなのあんかけ		メープルふうシロップ&マーガリン	きゅうしょく	しろみざかなてんぷら(ホキ)
	ウインナーソテー		こおりどうぶのにももの		オレンジジュース、オムレツ		きゅうりのしおもみ
	スクランブルエッグ		しょうなんゴールドゼリー		じゃがいものチーズやき		ひじきのいりに
	ヤクルト			ヨーグルト&はちみつ		ぎゅうにゅうかんでん	
4 日 金	こくとういりテーブルロール			19 日 土	ごはん、にくだんごスープ		
	ぎゅうにゅう	きゅうしょく			あつやきたまご		21日は振替休業日
	オムレツ				あおなのにびたし		
	ポテトサラダ				しろぶどう&ほうれんそうジュース		
	ひゅうがなつみかんゼリー						
7 日 月		きゅうしょく	ごはん、みそしる	22 日 火		きゅうしょく	ごはん、みそしる
			とりにくのからあげ				アジのなんばんづけ
			きゅうりのすのもの				ベーコンとやさいのソテー
			オレンジジュース				プリン
8 日 火	ごはん、みそしる		ごはん、かきたまじる	23 日 水	ごはん、みそしる		ごはん、かきたまじる
	サバのしおやき	きゅうしょく	コロッケ		なっとう、やきのり	きゅうしょく	サワラのみそづけやき
	ひじきのいりに		ぜんまいのにももの		ミートボール		じゃがいものいためもの
	こまつなのごまあえ		ぶどうゼリー		トマトサラダ		くだもの(メロン)
	かんフルーツ(あまなつみかん)		ヤクルト	すだちゼリー		ぎゅうにゅうかんでん	
9 日 水	フォカッチャ、スライスチーズ		ごはん、みそしる	24 日 木	ピザトースト		ごはん、わかめスープ
	コンクリームスープ	きゅうしょく	にざかな(あかうお)		じゃがいものスープ	きゅうしょく	マーボードーフ
	ゆでたまご		ジャーマンポテト		はるさめサラダ		キャベツとツナのサラダ
	やさしいため		くだもの(メロン)		オレンジジュース		ぶどうゼリー
	ジョア(ストロベリー)		ふりかけ(せとぶうみ)				
10 日 木	ごはん、みそしる		ごはん、たまごスープ	25 日 金	ごはん、みそしる		
	オクラなっとう、やきのり	きゅうしょく	とりにくとレバーのあまからに		おやこに	きゅうしょく	
	じゃがいものいためもの		ピーマンサラダ		こんぶいりきんぴら		
	ヨーグルト&ジャム		かつらきゆすゼリー		オレンジゼリー		
11 日 金	フレンチトースト			28 日 月		きゅうしょく	ポークカレー
	メープルふうシロップ&マーガリン	きゅうしょく					ゆでたまご
	アップルジュース						えだまめのサラダ
	ロールキャベツ						オレンジかんでん
	マカロニサラダ						
14 日 月		きゅうしょく	ひやしたぬき	29 日 火	しゃくパン、メープルふうシロップ&マーガリン		ごはん、コンソメスープ
			ひややっこ		コンクリームスープ	きゅうしょく	サバたつたあげ
			くだもの(メロン)		ハムのチーズサンドソテー		オクラのあえもの
					にんじんとツナのサラダ		くだもの(メロン)
				アップル&キャロットジュース			
15 日 火	ごはん、みそしる		ごはん、たまごスープ	30 日 水	ごはん、みそしる		ひやしたぬき
	ハムエッグ	きゅうしょく	マーボーナス		ぶたにくのしょうがやき	きゅうしょく	こんにゃくでんがく
	きんぴらごぼう		かぼちゃサラダ		ほうれんそうのごまあえ		くすしどうぶのサラダ
	ジョア(マスカット)		ぎゅうにゅうかんでん		かつらきゆすゼリー		くだもの(すいか)
	くだもの(オレンジ)						