



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		
11 日 月	しぎょうしき 始業式	ごはん、みそしる コロッケ	ごはん、みそしる ロールキャベツ	26 日 火	クリームサンドパン ぎゅうにゅう	ごはん、みそしる にざかな(カレー)	ごはん、みそしる あんかけにくどうふ		
		きりぼしだいこんのもの ぎゅうにゅうプリン	ほうれんそうのごまあえ きのこのバターいため		スクランブルエッグ じゃがいものチーズ焼き オレンジゼリー	じゃがいものいためもの ヨーグルト	やきなす きゅうりのすのもの		
12 日 火	ごはん、みそしる サバのしおやき しゅうまい あおなのびたし ヨーグルト	バターロール コンソメスープ オムレツ マカロニサラダ ジョア(ストロベリー)	ごはん、みそしる ハンバーグ サラダ アップルフレッシュ	27 日 水	ごはん、みそしる にんじんのたまご焼き カリカリベーコン ひじきのいりに ヤクルト	サンドイッチ みかんオレンジジュース カボチャサラダ ぎゅうにゅうプリン	ごはん、みそしる さかなのやさしいあんかけ はるさめのあえもの にしよくサラダ		
	13 日 水	はいがロールパン チーズパン ぎゅうにゅう スパニッシュオムレツ サラダ	きゅうしよく		ごはん クリームシチュー はるまき はるさめサラダ ジョア(プレーン)	28 日 木	ごはん、みそしる いりどうふ ぜんまいのナムル あおなのびたし	かていほうもんび 家庭訪問日	
14 日 木	ごはん、みそしる ちくさやき ぜんまいのもの ウイナーソーテー	きゅうしよく	ごはん、みそしる ぶたにくチーズ焼き なのはなのおひたし やさしいため ヤクルト	29 日 金	しょうわのひ 昭和の日				
15 日 金	ごはん、わかめスープ はんぺんマヨやき たまごころのいためもの じゃがいものにももの	きゅうしよく		平均 朝食E 587Kcal/P 24.1g 昼食E 565Kcal/P 25.5g 夕食E 623Kcal/P 26.8g					
				しんきゅう おめでとう!					
18 日 月		きゅうしよく	ごはん、みそしる さかなのムニエル(カレーあじ) くずしどうふのサラダ プリン						
				せいかつリズムをととのえよう!					
19 日 火	ごはん、みそしる ハムエッグ きりこんぶのもの いんげんのおかかあえ ヨーグルト	きゅうしよく	ごはん、コンソメスープ さかなのグラタン サラダ くだもの(オレンジ)						
	20 日 水	クロワッサン コンソメスープ ゆでたまご キャベツとツナのサラダ みかんオレンジジュース	きゅうしよく	ごはん、みそしる ぶたにくのしょうが焼き ほうれんそうのおひたし マンゴープリン					
21 日 木		ピザトースト にくだんごスープ マカロニサラダ くだもの(バナナ) パインキャロットジュース	きゅうしよく	ごはん、たまごスープ サケのホイル焼き やさしいため もちきんちゃくのにももの					
	22 日 金	ごはん、みそしる なっとう エビとあおなのいためもの こおりどうふのもの ストロベリーゼリー	きゅうしよく		主食、主菜、副菜をそろえて、バランスよく食べよう!				
25 日 月			きゅうしよく	ごはん、みそしる にくづめピーマン ポテトサラダ きんぴらごぼう					