



# 寄宿舎献立表 【12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
1 日 木	クリームサンドパン		ごはん、かきたまじる	16 日 金	フレンチトースト		
	にくだんごスープ	きゅうしょく	しろみざかなのホイルクやき		ぎゅうにゅう	きゅうしょく	
	オムレツ(ぐいり)		もやしとピーマンのごますあえ		ゆでたまご		
	じゃがいものチーズやき		にまめ(きんときまめ)		キャベツとツナのサラダ		
	ヤクルト		フルーツミックスゼリー		ストロベリーゼリー		
2 日 金	ごはん、みそしる			19 日 月		きゅうしょく	ごはん
	にんじんのたまごやき	きゅうしょく					ちやわんむし
	ひじきのいりに						とりにくのガーリックソテー
	ふりかけ						かぶのすのもの
	くだもの(みかん)						ジョア(オレンジ)
5 日 月		きゅうしょく	ごはん、みそしる	20 日 火	ごはん、みそしる	きゅうしょく	ごはん、みそしる
			コロッケ		なっとう		ポークカツ
			とりにくのサラダ		ほうれんそうのおひたし		ひじきのいりに
			レモンヨーグルト		きのこのバターいため		さつまいものミルクに
6 日 火	ごはん、みそしる		ごはん、みそしる	21 日 水	ごはん、みそしる	とうじ	ごはん、みそしる
	たまごころのいためもの	きゅうしょく	あげざかなのあんかけ		はんぺんマヨやき	きゅうしょく	サケフライ
	かぶのすのもの		かぶのスープに		おでん		カボチャサラダ
	あつあげのもの		フルーツのヨーグルトあえ		ジョア(オレンジ)		ほうれんそうのおひたし
	くだもの(みかん)						くだもの(グレープフルーツ)
7 日 水	ごはん、みそしる		ごはん、ちゅうかスープ	22 日 木	こくとうパン		
	なっとう	きゅうしょく	マーボードーフ		ぎゅうにゅう	しゅうぎょうしき	
	ベーコンとやさいのソテー		はるさめサラダ		チーズオムレツ		
	にももの、にまめ		プリン		おんやさいサラダ		
	ヤクルト				あおりんごゼリー		
8 日 木	ごはん、みそしる		ごはん、みそしる	平均 朝食E 578Kcal/P 24.2g 給食E 568Kcal/P 25.6g 夕食E 634Kcal/P 28.3g			
	サケのしおやき	きゅうしょく	ぶたにくのしょうがやき				
	きりほしだいこんのもの		ポテトサラダ				
	くだもの(バナナ)		みかんヨーグルト				
9 日 金	ごはん、みそしる						
	めだまやき	じっせんけんきゅうきょうぎかい					
	こんぶいりきんぴら						
	ヨーグルト&ジャム						
12 日 月		きゅうしょく	ごはん、みそしる	13 日 火	きゅうしょく	ごはん、みそしる	とりにくのあげに
			きゅうりのすのもの				
			ぜんまいのもの				
ピザトースト		ごはん、みそしる	14 日 水	きゅうしょく	ごはん、みそしる	かにたまあんかけ	
ぎゅうにゅう	きゅうしょく	レンコンもち					
マカロニサラダ		ヤクルト					
くだもの(りんご)							
14 日 水	ロールパン		ごはん、みそしる	15 日 木	きゅうしょく	カレーライス	かきあげ(2しゆるい)
	コンソメスープ	きゅうしょく	きりこんぶのもの				
	ハムのチーズサンドソテー		レモンヨーグルト				
	カリフラワーのサラダ						
	ソフール(ストロベリー)						
15 日 木	ごはん、みそしる		カレーライス	〔給食室からのお願い〕 口給食費の引き落としは、毎月20日です。郵便局の残高の確認をお願いいたします。 口1月の欠食の連絡は、12月9日(金)までをお願いいたします。  (※4月・12月・3月の給食費は、定額徴収になります。)			
	ぶたにくとキャベツのいためもの	きゅうしょく	コンソメスープ				
	ほうれんそうのごまあえ		かにサラダ				
	ジョア(マスカット)		くだもの(みかん)				
			ジョア(ブレン)				



〔給食室からのお願い〕  
 口給食費の引き落としは、毎月20日です。郵便局の残高の確認をお願いいたします。  
 口1月の欠食の連絡は、12月9日(金)までをお願いいたします。  
 (※4月・12月・3月の給食費は、定額徴収になります。)