



寄宿舎献立表【2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 水	ごはん、みそしる		カレーライス	16 日 木	ピザトースト		マカロニグラタン
	サバのしおやき	きゅうしょく	コンソメスープ		みかんオレンジミックスジュース	きゅうしょく	はるさめスープ
	マカロニサラダ		はるさめサラダ(たまご)		ゆでたまご		ハムともやしのあえもの
	あおなのびたし		プリン		さんしょくサラダ		くだもの(オレンジ)
2 日 木	ごはん、わかめスープ		ごはん、みそしる	17 日 金	ごはん、みそしる		
	ハムエッグ	きゅうしょく	さかなのグラタン		おやこに	きゅうしょく	
	きりほしだいこんのにももの		レンコンきんぴら		こんぶいりきんぴら		
	くだもの(バナナ)		レモンヨーグルト		ヨーグルト&ジャム		
3 日 金	ごはん、みそしる		せつぶん	20 日 月		きゅうしょく	ごはん、たまごスープ
	はんぺんマヨやき	きゅうしょく					カジキのみそてりやき
	にくじゃが						はるさめサラダ
	なのはなのおひたし						さつまいものあまに
6 日 月		きゅうしょく		ごはん、みそしる	21 日 火	ごはん、みそしる	きゅうしょく
			しるみざかなフライ	なっとう		アジフライ	
			こおりどうふのにももの	ごもくきんぴら		くずしどうふのサラダ	
			こまつなのおひたし	なのはなのごまあえ		プリン	
7 日 火	ごはん、みそしる		ごはん、みそしる	22 日 水	ホットドッグ	きゅうしょく	さんさいうどん
	いりどうふ	きゅうしょく	あげざかなのあんかけ		のむヨーグルト		チキンナゲット
	やさしいため		しゅんぎくのおひたし		ツナサラダ		キャベツとツナのサラダ
	ヨークヨーグルト		ジョア(ストロベリー)		くだもの(いちご)		オレンジゼリー
8 日 水	クロワッサン		ごはん、かきたまじる	23 日 木	ごはん、みそしる	きゅうしょく	ごはん、ちやわんむし
	わかめスープ	きゅうしょく	マーボー豆腐		ぶたにくとキャベツのいためもの		タラのからあげ
	スクランブルエッグ		もやしのナムル		ぜんまいのにももの		たけのことさんさいのにももの
	ジャーマンポテト		フルーチェ(いちご)		みかんヨーグルト		こんにゃくでんがく
9 日 木	ごはん、みそしる		ごはん、みそしる	24 日 金	フレンチトースト	きゅうしょく	
	ちくさやき	きゅうしょく	とりにくのあげに		ぎゅうにゅう		
	きりこんぶのにももの		ポテトサラダ		ロールキャベツ		
	ソファールストロベリー		ヤクルト		ミモザサラダ		
10 日 金	ロールパン、コンソメスープ			27 日 月		きゅうしょく	ごはん、けんちんじる
	チーズオムレツ	きゅうしょく					とりにくのみそづけやき
	かぼちゃサラダ						かぶのすのもの
	ジョア(プレーン)						さつまいものミルクに
13 日 月		きゅうしょく	ごはん、みそしる	28 日 火	ぶどうパン	きゅうしょく	にしよくだんぶり
			チキンカツ		ぎゅうにゅう		きのこじる
			にももの		スパニッシュオムレツ		さんしょくサラダ
			なのはなのからしあえ		かぶのスープに		さんさいのごまあえ
14 日 火	ごはん、みそしる		ごはん、コンソメスープ	平均 朝食E 577Kcal/P 23.9g 給食E 566Kcal/P 24.5g 夕食E 597Kcal/P 27.1g			
	あおなとサケのいためもの	きゅうしょく	とりにくのてりやき				
	おでん		ぜんまいのにももの				
	ストロベリーゼリー		カリフラワーのグラタン				
15 日 水	ごはん、みそしる		ごはん、みそしる				
	アジのしおやき	きゅうしょく	あげだしどうふ				
	きんぴらごぼう		かぶのすのもの				
	ひじきのいりに		じゃがいものいためもの				
	げんきヨーグルト						

