

寄宿舎献立表【10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		
10 月 2 日 月		きゅうしょく	カレーライス	10 月 17 日 火	ごはん、みそしる	きゅうしょく	ごはん、ちゅうかスープ		
			コンソメスープ		あおなとサケのいためもの		すぶた		
			はるさめサラダ		あつあげのもの		きゅうりのあえもの		
			ラ・フランスヨーグルト		くだもの（バナナ）		ジョア（マスカット）		
10 月 3 日 火	ごはん、みそしる なっとう きりほしだいこんのもの かぶのサラダ ヤクルト	きゅうしょく	ごはん、みそしる	10 月 18 日 水	ごはん、みそしる	きゅうしょく	ごはん、みそしる		
			かにたまあんかけ		ハムエッグ		ぶたにくのしょうがやき		
			にもの		ひじきのいりに		こんぶいりきんぴら		
			プリン		かんフルーツ（みかん）		ポテトサラダ		
10 月 4 日 水	ごはん、みそしる にざかな（カレー） やさしいため ヨークヨーグルト	きゅうしょく	ごはん、みそしる	10 月 19 日 木	ごはん、みそしる	きゅうしょく	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		おやこに		アジのなんばんづけ		
			くきわかめのにもの		ほうれんそうのおひたし		かぼちゃサラダ		
			だいがくいも		サラダ		ラ・フランスヨーグルト		
10 月 5 日 木	ピザトースト ぎゅうにゅう かぼちゃサラダ ストロベリーゼリー	きゅうしょく	ごはん、みそしる	10 月 20 日 金	ごはん、にくだんごスープ	きゅうしょく	ごはん、みそしる		
			サワラのみそづけやき		いりどうぶ		ぶたにくのカレーあげ		
			かにサラダ		あおなのにびたし		にもの		
			マンゴープリン		きのこのバターいため		くだもの（キウイ） はだの「だんざわレッ」		
10 月 6 日 金	バターロール、いちごジャム コンソメスープ スクランブルエッグ カリカリベーコン トマトサラダ ジョア（マスカット）	きゅうしょく		10 月 21 日 土	ごはん、みそしる				
					にざかな（カレー）			うんどうかい	
					ナスとピーマンのみそいため				
					ヤクルト				
10 月 9 日 月	たいいくのひ 	きゅうしょく		10 月 24 日 火		きゅうしょく			
								ごはん、かきたまじる	
								あげざかなのあんかけ	
								ごぼうサラダ	
10 月 10 日 火		きゅうしょく	ごはん、コンソメスープ	10 月 25 日 水	ごはん、みそしる	きゅうしょく	ごはん、コンソメスープ		
			にこみハンバーグ		ちぐさやき		うんどうかいよびび	マーボーナス	
			かぶのすのもの		かぶのすのもの			だいがくいも	
			ヨークヨーグルト		ふりかけ（のりたま）			もやしのおひたし	
10 月 11 日 水	ごはん、みそしる サケのマヨネーズやき ほうれんそうソテー くだもの（なし）	きゅうしょく	ごはん、みそしる	10 月 26 日 木	ごはん、みそしる	きゅうしょく	ごはん、みそしる		
			ポークカツ		なっとう		サンマのかばやき		
			きゅうりのすのもの		きんぴらごぼう		かぼちゃのミルクに		
			ぶどうゼリー		かぶとツナのサラダ		ピーマンサラダ		
10 月 12 日 木	ごはん、みそしる あつやきたまご きりこんぶのもの ふりかけ（のりたま） ヤクルト	きゅうしょく	ごはん、コンソメスープ	10 月 27 日 金	ホットドッグ	きゅうしょく			
			マーボードーフ		アップル&キャロットジュース				
			あおなのごまあえ		マカロニサラダ				
			さんしょくサラダ		ヨーグルト&はちみつ				
10 月 13 日 金	レーズンロール にくだんごスープ チーズオムレツ マカロニサラダ オレンジゼリー	きゅうしょく		10 月 30 日 月		きゅうしょく	ごはん、みそしる		
									とりにくのとてりやき
									はるさめサラダ（たまご）
									フルーツミックスゼリー
10 月 16 日 月		きゅうしょく	ごはん、みそしる	10 月 31 日 火	ごはん、みそしる	きゅうしょく	ひやしたぬきうどん		
			とりにくのカーリックソテー		サバのしおやき		ひややっこ		
			スパゲティサラダ		こおりどうぶのもの		ヨーグルト&ジャム		
			みかん・オレンジミックスジュース		サラダ		くだもの（バナナ）		