



# 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 金	ごはん、みそしる にんじんのたまごやき きんぴらごぼう、ふりかけ くだもの（みかん） りんごヨーグルト	きゅうしょく		18 日 月		きゅうしょく 舎：クリスマス会 	シーフードドリア コンソメスープ ツナサラダ ジョア（マスカット）
4 日 月		きゅうしょく	ごはん、みそしる かにクリームコロッケ はるまき ぜんまいのにももの オレンジゼリー	19 日 火	ごはん、きのこじる おやこに チンゲンサイのソテー くだもの（みかん）	きゅうしょく	ごはん、みそしる かきあげ きりこんぶのにももの オレンジゼリー
5 日 火	ごはん、みそしる たまごニラのいためもの かぶのすのもの あつあげのにももの みかん、ストロベリーゼリー	きゅうしょく	ごはん、みそしる あげざかなのあんかけ かぶのスープに フルーツのヨーグルトあえ	20 日 水	ホットドッグ アップルジュース じゃがいものチーズやき 4しょくのサラダ みかんヨーグルト	きゅうしょく	ごはん、みそしる ハンバーグ あおなのびたし ミニエクレア
6 日 水	バターロール、いちごジャム にくだんごスープ オムレツ（ぐいり） じゃがいものチーズやき アップルキャロットジュース	きゅうしょく	ごはん、かきたまじる しろみざかなのホイルやき もやしのごますあえ にまめ（きんときまめ） ソファールプレーン	21 日 木	ごはん、みそしる アジのしおやき ひじきのいりに おんやさいサラダ フルーツミックスゼリー	きゅうしょく	ごもくうどん ポテトサラダ ヨーグルト&ジャム くだもの（みかん）
7 日 木	ごはん、みそしる なっとう ベーコンとやさいのソテー もちきんちゃくのにももの オレンジゼリー	きゅうしょく	ごはん、みそしる かにたまあんかけ じゃがいものいためもの ミートボール	22 日 金	ごはん、みそしる サケのしおやき、つくだに ほうれんそうのおひたし かぼちゃのあまに ヤクルト	しゅうぎょうしき とうじ	
8 日 金	ごはん、みそしる サケのしおやき、しおもみ きりぼしだいこんのにももの くだもの（バナナ） ヤクルト	じっせんけんきゅうきょうざかい		平均 朝食E 599Kcal/P 24.9g 給食E 571Kcal/P 25.9g 夕食E 672Kcal/P 27.4g			
11 日 月		きゅうしょく	ごはん、ちゅうかスープ マーボードーフ はるさめサラダ プリン				
12 日 火	ごはん、みそしる めだまやき こんぶいりきんぴら ヨーグルト&はちみつ ふりかけ	きゅうしょく	ごはん、みそしる さかなのグラタン レンコンもち ストロベリーゼリー				
13 日 水	ピザトースト ぎゅうにゅう マカロニサラダ くだもの（りんご）	きゅうしょく	ごはん、みそしる コロッケ とりにくのサラダ みかんヨーグルト				
14 日 木	ごはん、みそしる ぶたにくとキャベツのいためもの ほうれんそうのごまあえ ジョア（マスカット）	きゅうしょく	ごはん、みそしる アジフライ かぶのクリームに ぶどうゼリー				
15 日 金	バターロール、クロワッサン ※高学年にはミニメロンパンも。 コンソメスープ、みかんジュース ハムのチーズサンドソテー カリフラワーのサラダ	きゅうしょく		<p>〔給食室からのお願い〕</p> <p>□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。</p> <p>□1月の欠食の連絡は、12月8日（金）までをお願いいたします。</p> <p>（※4月・12月・3月の給食費は、定額徴収になります。）</p>			