

# 令和6年2月

# 献立表

日	曜日	献立名	エネルギー		
			副食	主食	合計
1	木	ブラウンシチュー キャベツとベーコンのサラダ コッペパン 牛乳	492	265	757
2	金	白身魚のごまみそがけ 五目豆 けんちん汁 ごはん 牛乳	398	297	695
5	月	シーチキンごはん 油淋鶏 玉ねぎのみそ汁 牛乳	420	シーチキン ごはん (379) 米 (304)	799
6	火	鶏団子のもつ鍋風煮 フライビーンズ ごはん 牛乳	513	297	810
7	水	マーボー豆腐 春雨サラダ 大根とわかめのスープ ごはん 牛乳	497	297	794
8	木	ソースチキンカツ ビーンズサラダ オニオンスープ コッペパン 牛乳	524	265	789
9	金	ジビエハンバーグ 切干大根の煮物 キャベツのみそ汁 ごはん 牛乳	377	297	674
13	火	ビビンバ 大学芋 もずく汁 牛乳	347	ビビンバ (471) 米 (297)	818
14	水	鶏肉の塩焼き うのはな 白菜のみそ汁 ごはん 牛乳	408	297	705

※都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

和歌山盲学校

日	曜日	献立名	エネルギー		
			副食	主食	合計
15	木	白身魚のレモンソースがけ キャベツのコーンドレサラダ かぼちゃのコンソメスープ コッペパン チョコクリーム 牛乳	505	265	770
16	金	チキンカレー 小松菜とコーンのあえ物 飲むヨーグルト	141	カレー (268) 米 (322)	731
19	月	大分とりめし ほねくの磯辺揚げ 大根のみそ汁 牛乳	402	大分 とりめし (428) 米 (304)	830
20	火	カレーコロケ 野菜炒め 豆腐とあげのみそ汁 ごはん 牛乳	427	297	724
21	水	ガパオライス (ジビエ肉) ポン酢サラダ ブドウゼリー 牛乳	388	322	702
22	木	鶏肉の柚子こしょう焼き キャベツの中華あえ さといものみそ汁 ごはん 牛乳	430	297	727
26	月	親子煮 たくわんのあえ物 さつまいものみそ汁 ごはん 牛乳	488	297	785
27	火	白身魚のフライ わかめの酢の物 のっぺい汁 ごはん 牛乳	387	297	684
28	水	チキンライス ポトフ マスカットゼリー 牛乳	312	チキン ライス (428) 米 (304)	740
29	木	鶏肉のから揚げ ミネストローネ コッペパン 飲むヨーグルト	449	265	714

高等部の生徒が考えたメニューです。

高等部の生徒が考えたメニューです。

ガパオライスとは、豚ひき肉や赤パプリカ、バジルなどを炒め、ナンプラーや砂糖などで味付けし、

ご飯のうえに炒めた具や目玉焼きをのせたタイの料理です。

今回は、豚肉のかわりにイノシシ肉を使用しています。

