

令和6年12月

献立表



和歌山盲学校

日	曜日	献立名	エネルギー		
			副食	主食	合計
2	月	サーモンフライ <small>やさしいた</small> 野菜炒め じゃがいもと玉ねぎのみそ汁 <small>たま</small> ごはん <small>しる</small> 牛乳 <small>ぎゅうにゅう</small>	470	297	767
3	火	八宝菜 <small>はっぽうさい</small> 春雨サラダ <small>はるさめ</small> ごはん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	370	297	667
4	水	ほねくの磯辺揚げ <small>いそべあ</small> うのはな さといものみそ汁 <small>しる</small> ごはん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	450	297	747
5	木	ブラウンシチュー <small>いそべあ</small> キャベツとコーンのサラダ コッペパン <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	481	265	746
6	金	ガパオライス コーンドレサラダ <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	402	297	699
9	月	チキンカツ (みそだれ) きのこの切干大根 <small>きりほしだいこん</small> すまし汁 <small>じる</small> ごはん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	451	297	748
10	火	鶏団子のもつ鍋風煮 <small>とりだんご</small> フライビーンズ <small>なべふうに</small> ごはん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	513	297	810
11	水	白身魚の照り焼き <small>しろみざかな</small> わかめの酢の物 <small>すもの</small> さつまいものみそ汁 <small>しる</small> ごはん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	405	297	702
12	木	鮭フレークコロッケ <small>しゃけ</small> 白菜のごまドレサラダ <small>はくさい</small> きのこのコンソメスープ <small>きりほしだいこん</small> コッペパン <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	414	265	679
13	金	ハヤシライス <small>こまつな</small> 小松菜とコーンのあえ物 <small>もの</small> の飲むヨーグルト	141	ハヤシライス (578) 米 (322)	719

日	曜日	献立名	エネルギー		
			副食	主食	合計
16	月	大分とりめし <small>おおいた</small> 白身魚フライ <small>しろみざかな</small> 大根とあげのみそ汁 <small>だいこん</small> 牛乳 <small>ぎゅうにゅう</small>	394	大分とりめし (428) 米 (304)	822
17	火	マーボー豆腐 <small>どうふ</small> 大根とわかめのスープ <small>だいこん</small> ごはん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	489	297	786
18	水	油淋鶏 <small>ゆーりんちー</small> 切干大根のナムル <small>きりほしだいこん</small> 中華スープ <small>ちゅうか</small> ごはん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	412	297	709
19	木	肉じゃが <small>にく</small> もやしのおかかマヨ和え <small>あえ</small> わかめのみそ汁 <small>しる</small> ごはん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	417	297	714
20	金	鶏肉のゆずこしょう焼き <small>とりにく</small> かぼちゃの煮物 <small>にもの</small> 豆腐のみそ汁 <small>とうふ</small> <small>しる</small> ごはん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	400	297	697
23	月	ツリー型ハンバーグ <small>がた</small> マカロニサラダ 白菜のみそ汁 <small>はくさい</small> <small>しる</small> ごはん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	425	297	722
24	火	チキンカレーライス ポン酢サラダ <small>ず</small> の飲むヨーグルト	141	カレーライス (590) 米 (322)	719

※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。