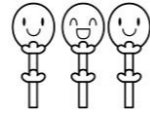


令和6年3月

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
1	金	コーンみそラーメン <small>はるまき</small> 春巻き ひなあられ <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳 	494	297	791
4	月	ハンバーグ キャベツのごまドレサラダ 豆腐とあげのみそ汁 <small>しる</small> ごはん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	609	297	906
5	火	カレーうどん <small>いそべあ</small> ちくわの磯辺揚げ みかんゼリー <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	307	カレーうどん (346) 糖 (210)	653
6	水	ピリ辛サーモン <small>こうや豆腐</small> 高野豆腐の煮物 もずく汁 <small>じる</small> ごはん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	452	297	749
7	木	スパゲティグラタン キャベツのコーンドレサラダ コッペパン <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	574	265	839
8	金	ハヤシライス <small>こまつな</small> 小松菜とコーンのあえ物 飲むヨーグルト	141	ハヤシライス (610) 米 (322)	751
11	月	魚の照り焼き <small>うのはな</small> うのはな 大根とあげのみそ汁 <small>しる</small> ごはん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	407	297	704
12	火	マーボー豆腐 <small>はるさめ</small> 春雨サラダ わかめとえのきのスープ <small>じる</small> ごはん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	494	297	791
13	水	こぎつねずし <small>チキンカツ</small> (みそだれ) すまし汁 <small>じる</small> <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	431	こぎつねずし (395) 米 (304)	826

日	曜日	献立名	エネルギー		
			副食	主食	合計
14	木	ブラウンシチュー <small>キャベツとベーコン</small> のサラダ コッペパン <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	514	265	779
15	金	白身魚の甘酢あんかけ <small>きりほしだいこん</small> 切干大根の煮物 豆腐と玉ねぎのみそ汁 <small>しる</small> ごはん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	535	297	832
18	月	炊き込みごはん <small>とりにく</small> 鶏肉のみぞれ煮 白菜のみそ汁 <small>しる</small> <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	402	炊き込み ごはん (356) 米 (304)	758
19	火	八宝菜 <small>あげぎょうざ</small> ごはん <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	475	297	772
21	木	鶏肉のバーベキューソース かぼちゃのコンソメスープ コッペパン <small>ぎゅうにゅう</small> 牛乳	435	265	700
22	金	チキンカレーライス <small>ポン酢</small> サラダ 飲むヨーグルト	199	カレーライス (624) 米 (322)	823

※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。