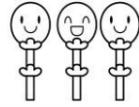
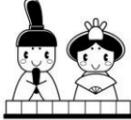


令和7年3月

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
3	月	こぎつねずし チキンカツ (みそだれ) すまし汁 牛乳 	431	こぎつねずし (395) 米 (304)	826
4	火	ハンバーグ もやしのごまドレサラダ 豆腐と大根のみそ汁 ごはん 牛乳	411	297	708
5	水	ツナカレーピラフ 小松菜とコーンのあえ物 飲むヨーグルト	222	ツナカレーピラフ (304)	526
6	木	鶏肉のみぞれ煮 もやしのごまあえ 豆腐とわかめのみそ汁 赤飯 牛乳	452	297	749
7	金	白身魚フライ うのはな 大根とあげのみそ汁 ごはん 牛乳	391	297	688
10	月	コロッケ 野菜炒め 豆腐とえのきのみそ汁 ごはん 牛乳	381	297	678
11	火	白身魚の甘酢あんかけ 切干大根の煮物 豆腐と玉ねぎのみそ汁 ごはん 牛乳	453	297	750
12	水	マーボー豆腐 わかめとえのきのスープ ごはん 牛乳	440	297	737
13	木	ブラウンシチュー マカロニサラダ コッペパン 飲むヨーグルト	514	265	779

日	曜日	献立名	エネルギー		
			副食	主食	合計
14	金	カレーうどん ちくわの磯辺あげ 牛乳	307	カレーうどん (346) 麵 (210)	653
17	月	炊き込みごはん 鶏肉の梅酢あげ 豆腐とあげのみそ汁 牛乳	402	炊き込みごはん (356) 米 (304)	758
18	火	八宝菜 春雨サラダ ごはん 牛乳	367	297	664
19	水	鶏肉の柚子こしょう焼き 高野豆腐の煮物 玉ねぎのみそ汁 ごはん 牛乳	484	297	781
21	金	そぼろあんかけ豆腐 もやしのサラダ えのきのみそ汁 ごはん 牛乳	481	297	778
24	月	チキンカレーライス ポン酢サラダ 飲むヨーグルト	121	カレーライス (563) 米 (322)	684

※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。