

令和7年12月献立表



日	曜日	献立名	エネルギー		
			副食	主食	合計
1	月	サーモンフライ ^{やさしい} 野菜炒め じゃがいもと玉ねぎ ^{たま} のみそ汁 ^{しる} ごはん ^{ぎゅうにゅう} 牛乳	470	297	767
2	火	マーボー ^{どうふ} 豆腐 ^{だいこん} 大根とわかめのスープ ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 ごはん	489	297	786
3	水	ガパオライス コーンドレサラダ ^{ぎゅうにゅう} 牛乳	402	297	699
4	木	ブラウンシチュー ^の キャベツとコーンのサラダ コッペパン ^の 飲むヨーグルト	481	265	746
5	金	ほねくの ^{いそべあ} 磯辺揚げ ^{うのはな} さといものみそ汁 ^{しる} ごはん ジョア	450	297	747
8	月	チキンカツ（みそだれ） ^き 切り干し ^ぼ 大根 ^{だいこん} すまし汁 ^{じる} ごはん ^{ぎゅうにゅう} 牛乳	451	297	748
9	火	^{とりだんご} 鶏団子のもつ鍋 ^{なべふう} 風煮 ^{フライ} ビーンズ ごはん ^{ぎゅうにゅう} 牛乳	513	297	810
10	水	^{しろみざかな} 白身魚の ^て 照り焼き ^{わかめ} の ^す 酢の物 ^{もの} さつまいものみそ汁 ^{しる} ごはん ジョア	405	297	702
11	木	かぼちゃコロッケ ^{はくさい} 白菜のごま ^の ドラサラダ きのこのコンソメスープ ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 コッペパン	414	265	679
12	金	ハヤシライス ^{こまつな} 小松菜とコーンの ^{もの} あえ物 ^の 飲むヨーグルト	141	ハヤシ ライス (578) 米 (322)	719



和歌山盲学校

日	曜日	献立名	エネルギー		
			副食	主食	合計
15	月	^{はっほうさい} 八宝菜 ^{はるま} 春巻き わかめとえのきのスープ ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 ごはん	401	297	698
16	火	^{おおい} 大分とりめし ^{しろみざかな} 白身魚フライ ^{だいこん} 大根と ^{しる} あげのみそ汁 ^{ぎゅうにゅう} 牛乳	394	^{大分} ^{とりめし} (428) 米 (304)	822
17	水	^{ゆーりんちー} 油淋鶏 ^{はるさめ} 春雨サラダ ^{ちゅうか} 中華スープ ^{ごはん} ジョア	412	297	709
18	木	^{とりにく} 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 ^の 飲むヨーグルト	435	265	700
19	金	^{くじら} 鯨の ^{わもう} 和盲ソース もやしのおかかマヨ ^あ 和え わかめのみそ汁 ^{しる} ごはん ^{ぎゅうにゅう} 牛乳	462	297	759
22	月	^{とりにく} 鶏肉のゆずこしょう焼き かぼちゃの ^{にもの} 煮物 ^{とうふ} 豆腐のみそ汁 ^{しる} ごはん ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 	400	297	697
23	火	^{がた} ツリー型ハンバーグ マカロニサラダ ^{はくさい} 白菜のみそ汁 ^{しる} ごはん ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 	425	297	722
24	水	チキンカレーライス ポン酢 ^ず サラダ ^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。