

令和7年

6月

予 定 献 立 表

※献立は入荷の都合により、変更することがあります。ご了承ください。

伊達高等養護学校

月 曜 日	火 曜 日	水 曜 日	木 曜 日	金 曜 日
6月の給食目標「正しい食器の配置を知ろう」 食器の並べ方には決まりがあります。基本的な和食の献立だと、ごはんが左手前、汁物が右手前です。そして、メインのおかずが右奥、和え物などが左奥です。図を見て確認して、給食の食器を正しく並べるようにしましょう。この並べ方では食べにくい場合				
				
2	3	4	5	6
・ごはん ・根菜汁 ・鶏肉のマーマレード焼き ・ごま和え ・牛乳	・ごはん ・いも団子汁 ・サバのしょうが焼き ・のり酢和え ・牛乳	・スープスパゲティ ・まめまめサラダ ・くだもの ・牛乳	・豚キムチ丼 ・みそ汁 ・ナムル ・牛乳	・チキンライス ・オニオンスープ ・イタリアンサラダ ・牛乳
エネルギー：712kcal たんぱく質：36.8g 脂 質：15.7g 塩 分：2.6g	エネルギー：796kcal たんぱく質：36.8g 脂 質：21.5g 塩 分：3.3g	エネルギー：680kcal たんぱく質：35.6g 脂 質：21.1g 塩 分：3.4g	エネルギー：704kcal たんぱく質：31.5g 脂 質：19.1g 塩 分：3.9g	エネルギー：816kcal たんぱく質：26.6g 脂 質：28.3g 塩 分：3.8g
9	10	11	12	13
・チキンハヤシライス ・ココロスープ ・ツナマヨサラダ ・牛乳	・ごはん ・高野豆腐汁 ・鮭のネギみそ焼き ・ゆかり和え ・牛乳	・みそラーメン ・揚げシューマイ ・デザート ・牛乳	・ごはん ・春雨スープ ・酢鶏 ・中華サラダ ・牛乳	・プレーンパン、ジャム ・ミネストローネ ・白身魚フライ ・たまねぎドレッシングのサラダ ・牛乳
エネルギー：858kcal たんぱく質：31.8g 脂 質：27.0g 塩 分：4.6g	エネルギー：668kcal たんぱく質：35.5g 脂 質：13.7g 塩 分：3.1g	エネルギー：826kcal たんぱく質：32.3g 脂 質：32.2g 塩 分：5.7g	エネルギー：771kcal たんぱく質：30.0g 脂 質：21.4g 塩 分：3.3g	エネルギー：837kcal たんぱく質：33.4g 脂 質：29.5g 塩 分：4.9g
16	17	18	19	20
・ごはん ・みそ汁 ・豚肉の生姜煮 ・カレー和え ・牛乳	・ごはん ・たぬき汁 ・ホキの竜田揚げ ・生姜和え ・牛乳	・チャンポンうどん ・揚げ春巻き ・いちごヨーグルト ・牛乳	・ごはん ・けんちん汁 ・厚揚げのみそ煮 ・なめたけ和え ・牛乳	・コーンピラフ ・切干大根のスープ ・ほうれん草のサラダ ・牛乳
エネルギー：722kcal たんぱく質：33.5g 脂 質：15.7g 塩 分：3.2g	エネルギー：779kcal たんぱく質：36.6g 脂 質：23.4g 塩 分：3.9g	エネルギー：857kcal たんぱく質：27.4g 脂 質：23.6g 塩 分：7.8g	エネルギー：772kcal たんぱく質：35.8g 脂 質：25.6g 塩 分：3.5g	エネルギー：682kcal たんぱく質：19.3g 脂 質：22.4g 塩 分：3.9g
23	24	25	26	27
・ごはん ・田舎汁 ・鶏肉の塩から揚げ ・ごまドレサラダ ・牛乳	・スタミナ丼 ・みそ汁 ・ポン酢和え ・牛乳	・しおラーメン ・青のりポテト ・デザート ・牛乳	・ごはん ・豚汁 ・メンチカツ ・おかか和え ・牛乳	・チキンカレー ・野菜スープ ・チーズと ブロッコリーのサラダ ・レモンゼリー ・牛乳
エネルギー：848kcal たんぱく質：39.2g 脂 質：32.1g 塩 分：2.6g	エネルギー：722kcal たんぱく質：30.9g 脂 質：18.8g 塩 分：2.4g	エネルギー：748kcal たんぱく質：27.7g 脂 質：27.8g 塩 分：8.9g	エネルギー：701kcal たんぱく質：29.9g 脂 質：19.7g 塩 分：2.3g	エネルギー：967kcal たんぱく質：32.3g 脂 質：22.5g 塩 分：4.4g
30				
・ごはん ・呉汁 ・魚のパン粉焼き ・おひたし ・牛乳				
エネルギー：848kcal たんぱく質：39.2g 脂 質：32.1g 塩 分：2.6g				