

令和8年



# 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。 北海道伊達高等養護学校

月 曜 日	火 曜 日	水 曜 日	木 曜 日	金 曜 日
<b>5月の給食目標 「正しい食事のマナーを身につけよう」</b> 				
<p>みなさんは、どんな食事のマナーに気をつけて食事をしていますか？</p> <p>食事のマナーは、一緒に食べているみんなが気持ちよく食事をするために大切なものです。食事のあいさつやはしの持ち方、食べるときの姿勢や食事中に話す話題など、この機会に“自分はどうかな？”と、振り返ってみましょう。</p>				
				<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>鶏ごぼうピラフ</li> <li>切干だいこんのスープ</li> <li>海藻サラダ</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：646kcal たんぱく質：24.6g 脂 質：18.3g 塩 分：3.3g</p>
4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7 夏季休業日	8 夏季休業日
11	12	13	14	15
<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>けんちん汁</li> <li>魚の照り焼き</li> <li>梅和え</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：691kcal たんぱく質：34.7g 脂 質：14.8g 塩 分：2.8g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>肉かけごはん</li> <li>みそバター汁</li> <li>磯マヨネーズ和え</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：794kcal たんぱく質：30.2g 脂 質：24.5g 塩 分：3.3g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>塩ラーメン</li> <li>ごまポテト</li> <li>フルーツヨーグルト</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：772kcal たんぱく質：28.8g 脂 質：30.0g 塩 分：8.8g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>みそ汁</li> <li>ヒレカツ</li> <li>イタリアンサラダ</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：640kcal たんぱく質：27.9g 脂 質：12.7g 塩 分：1.7g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>プレーンパン(いちごジャム)</li> <li>ミネストローネ</li> <li>タンドリーチキン</li> <li>ごまドレサラダ</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：715kcal たんぱく質：38.4g 脂 質：25.7g 塩 分：4.0g</p>
18	19	20	21	22
<ul style="list-style-type: none"> <li>豚丼</li> <li>なめこ汁</li> <li>ゆかり和え</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：749kcal たんぱく質：34.4g 脂 質：18.0g 塩 分：3.2g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>わかめスープ</li> <li>青椒肉絲</li> <li>中華サラダ</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：701kcal たんぱく質：31.7g 脂 質：17.5g 塩 分：3.2g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>山菜肉うどん</li> <li>揚げ春巻き</li> <li>オレンジ</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：754kcal たんぱく質：29.1g 脂 質：22.1g 塩 分：6.8g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>みぞれ汁</li> <li>カレイのみそ照り焼き</li> <li>ボン酢和え</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：684kcal たんぱく質：40.4g 脂 質：13.5g 塩 分：2.3g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>炊き込みごはん</li> <li>つみれ汁</li> <li>しらす和え</li> <li>デザート</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：687kcal たんぱく質：30.6g 脂 質：14.2g 塩 分：3.8g</p>
25	26	27	28	29
<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>呉汁</li> <li>鶏肉のチーズ焼き</li> <li>ほうれん草のごま和え</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：773kcal たんぱく質：41.7g 脂 質：23.3g 塩 分：2.4g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>沢煮椀</li> <li>さばのソース焼き</li> <li>おかか和え</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：732kcal たんぱく質：36.3g 脂 質：19.3g 塩 分：3.2g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>醤油ラーメン</li> <li>揚げ餃子</li> <li>グレープゼリー</li> <li>ミルク</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：746kcal たんぱく質：29.6g 脂 質：25.4g 塩 分：7.0g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>中華スープ</li> <li>豆腐のオイスターソース煮</li> <li>パンパンジーサラダ</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：758kcal たんぱく質：36.2g 脂 質：21.5g 塩 分：3.1g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>食パン(チョコクリーム)</li> <li>オニオンスープ</li> <li>照り焼きチキン</li> <li>コーンクリームサラダ</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：698kcal たんぱく質：37.3g 脂 質：26.2g 塩 分：4.0g</p>