



# 月こんだて表

結城特別支援学校

月	火	水	木	金
日付	※給食1食分の △エネルギー(kcal) △たんぱく質(g) △脂質(g) △食塩相当量(g) うるめんを裏面に記載しています。 ※小学校5・6年生の 栄養量です。	おらせ ★20日は美味しいDay★ 全校一斉いばらき美味しい給食 茨城県内の小・中学校、特別支援学校で 同じ献立のメニューです。 美味しい減塩、こくうま給食を味わいましょう♪ ※主食の関係で21日の提供になります。	いばらき美味しいDay	フルーツ盛り合わせ
3	4	5	6	7
文化の日	牛乳 チキンサラダ にら まんじゅう しょうゆラーメン ホットちゅうか	牛乳 おかか あえ アジフライ ごはん すいとんじる	牛乳 カルちゃんサラダ とりにくのアップルソース ごくとうパン ほうれんそうフリームース	牛乳 なっとう やさいのごまあえ あつやきたまご むぎごはん のっぺいじる
10	11	12	13	14
牛乳 おやこどん(ごはん) みそ さつま ポテト けんちんじる	牛乳 ポテトサラダ にゅうさんきん しゅうまい ジャージャーうどん ソフトメン	牛乳 ごまじやこ サラダ にくじが ごはん わかめの みそしる	茨城県民の日	牛乳 やきにく いため ぎょうざ ごはん ちゅうか スープ
17	18	19	20	21
牛乳 ヨーグルト さつまいも サラダ こんさい キーマカレー(ごはん)	牛乳 だいがく いも とりにくの てりやき いばらきの めぐみうどん ソフトメン	牛乳 れんこん サラダ ぶたにくの にんにくやき ごはん とりじる	牛乳 きやべつ サラダ いばらき シチュー こめこパン	牛乳 いばらき ガパオライス(ごはん) ひとくち やきいも はるさめ スープ
24	25	26	27	28
振替休日	牛乳 ゼリー きりぼし サラダ ミートソース スパゲッティ	牛乳 ビーンズ サラダ ほっけの しおやき ごはん とんじる	牛乳 ツナ サラダ ハム ステーキ チョコペースト コッペパン ビーンズ スープ	牛乳 いそか あえ イカリング フライ ごはん とうふ チゲ
今月の茨城県の食材	米 牛乳 白菜 大根 なが 長ねぎ 鶏卵 豚肉 とりにく 鶏肉 チンゲンサイ 大豆 れんこん さつまいも	茨城をめぐる 茨城の食材を多く使用した献立です。 どんな食材が使われているでしょう?		