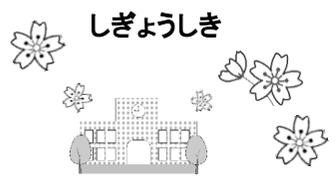
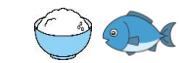
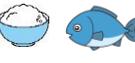


令和4年 4月予定献立表

都立水元特別支援学校

月		火		水		木		金	
4・5月 きゅうしょくもくひょう 「いただきます」「ごちそうさま」をいおう 				きゅうしょくでは、はるがしゅんのやさい・くだものをたくさんつかっています。たべながらはるをみつけてみましょう！ アスパラガス たけのこ ニラ キャベツ いちご きよみオレンジ 					
4		5		6		7		8	
				しぎょうしき 		ちゅうがくぶにゅうがくしき 		しょうがくぶにゅうがくしき 	
11	493 kcal	12	475 kcal	13	579 kcal	14	441 kcal	15	414 kcal
ぎゅうにゅう むぎごはん マーポーどうふ きゅうりのちゅうかあえ ちゅうかスープ 		ぎゅうにゅう ぶたにくのスタミナどん こまつなのおひたし みそしる きよみオレンジ 		~しょうがくぶ1ねんせいきゅうしょくかいし~ ぎゅうにゅう チキンカレーライス チーズサラダ フルーツヨーグルト 		ぎゅうにゅう むぎごはん さけのしょうがやき きりぼしだいこんのもの はくさいのおかかあえ みそしる 		ぎゅうにゅう ミルクパン ポトフ アスパラサラダ ごまミルクかんでん 	
18	494 kcal	19	533 kcal	20	426 kcal	21	454 kcal	22	490 kcal
ぎゅうにゅう むぎごはん さばのたつたあげ はるやさいのきんぴら やさいとわかめのすのもの みそしる 		~かみかみメニュー~ ぎゅうにゅう スパゲッティミートソース だいこんとじゃこのサラダ コーンクリームスープ りんごゼリー 		ぎゅうにゅう たけのこごはん ししゃものいそべあげ だいこんのごまずあえ すましじる 		ぎゅうにゅう ごはん かじきのごまみそやき やさいのあさづけ しらたきのいりに みそしる 		ぎゅうにゅう コーンピラフ かいそうサラダ ポテトスープ ミルクプリン 	
25	465 kcal	26	477 kcal	27	495 kcal	28	435 kcal	29	
ぎゅうにゅう むぎごはん にくじゃが ちぐさあえ みそしる 		ぎゅうにゅう むぎごはん たまごとぶたにくのいためもの はるさめサラダ はくさいスープ 		ぎゅうにゅう くらざとうパン ホワイトシチュー だいずサラダ フルーツポンチ 		ぎゅうにゅう ごはん さけのこうみしょうゆやき あおのりこふきいも やさいのごまみそあえ みそしる 		しょうわのひ	

※都合により献立が変更になる場合があります。裏面に使用食材を記入しています。栄養価は小学部低学年の数値です。小学部高学年は、1.2倍、中学部は、1.4倍になります。