

令和8年 3月予定献立表

都立水元特別支援学校

月		火		水		木		金	
<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>3月 きゅうしょくもくひょう</p> <p>げんきにすごせたか ぷりかえろう</p> </div>									
2	529 kcal	3	493 kcal	4	470 kcal	5	571 kcal	6	
ぎゅうにゅう ごはん さかなのこうみじょうゆやき キャベツのじゃこあえ じゃがいものそぼろに★ だいこんのみそしる  		【ひなまつり こんだて】 ぎゅうにゅう さけのごもちらずし なのはなのごまあえ すましじる ももゼリー 		ぎゅうにゅう こめこのセルフクリームパン★ (ミルクパン、てづくりカスタードクリーム) ポトフ★ トマトサラダ★ くだもの(ネーブル)★  		ぎゅうにゅう ごはん マーポーどうふ★ やさいのちゅうかあえ にらたまじる  		いちにちにゅうがく・ にゅうがくせつめいかい (きゅうしょく なし)	
9	513 kcal	10	521 kcal	11	501 kcal	12	503 kcal	13	563 kcal
ぎゅうにゅう てづくりチャーシューのチャーハン★ はるさめサラダ こまつなスープ あんにんどうふ★ 		ぎゅうにゅう ごはん ハンバーグ★ フライドポテト フレンチサラダ かくぎりやさいのスープ  		【小6 リクエスト こんだて】 ぎゅうにゅう ぶたにくのスタミナどん★ やさいとわかめのすのもの★ かぶのみそしる くだもの(りんご)★ 		ぎゅうにゅう ごはん さけのねぎみそやき★ おひたし だいずとひじきのにも きのこじる  		ぎゅうにゅう ミートソーススパゲティ★ イタリアンサラダ ABCマカロニスープ 	
16	547 kcal	17	521 kcal	18	551 kcal	19	604 kcal	20	
ぎゅうにゅう シーフードピラフ いかんてんサラダ ミネストローネスープ★ チョコレートケーキ★ 		【中3 リクエスト こんだて】 ぎゅうにゅう ごはん とりにくのからあげ★ ポテトサラダ★ やさいじる くだもの(いちご)★  		【そつぎょう おいわい こんだて】 ぎゅうにゅう おせきはん★ ぶりのてりやき ちぐさあえ こづゆ みかんゼリー  		ぎゅうにゅう ポークカレーライス★ ツナサラダ くだもの(でこぼん) 		しゅんぶんのひ	
※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。 ※★がついた料理は卒業学年(中学部3年生、小学部6年生)からのリクエスト料理です。									