令和7年

7がつ こんだてひょう

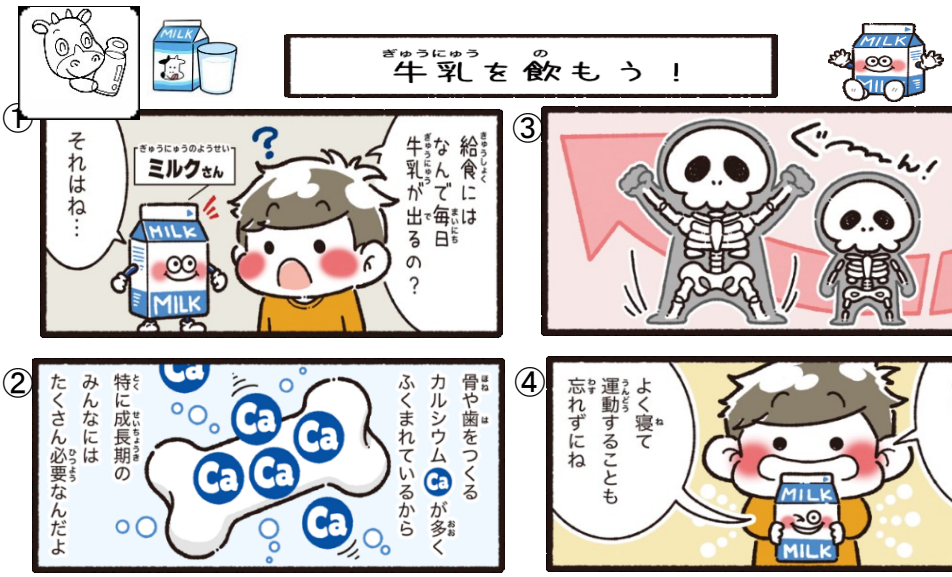
県立太田特別支援学校
給食回数 14回

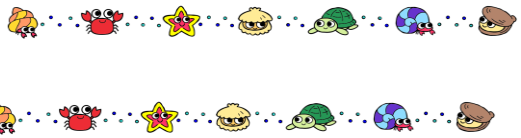
日	曜	こんだて 主食・飲み物	こんだて おかず	おもな ざいりょうと はたらき 体をつくる(赤) 1群	2群	体の調子をととのえる(緑) 3群	4群	熱や力になる(黄) 5群	6群	小学部 エネルギー(kcal) たんぱくしつ(g) しぼう(g)	中学部 エネルギー(kcal) たんぱくしつ(g) しぼう(g)
1	火	ごはん ぎゅうにゅう	さんまのしょうがに じゃがいものなんばんに とうふとわかめのみそしる	さんま とうふ ぶたにく あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	たまねぎ いんげん しょうが えのきたけ	ごはん さとう こんにゃく じゃがいも		668 28.0 19.9	770 31.1 21.2
2	水	しょうミルクパン ぎゅうにゅう	しおラーメン やきぎょうざ②③ バンバンジーサラダ	ぶたにく なると とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん にら	キャベツ もやし ねぎ きゅうり しょうが にんにく	パン ラーメン	あぶら ドレッシング	640 25.2 22.0	727 28.8 25.3
3	木	ごはん ぎゅうにゅう	チキンライスのぐ オムライスのたまご やさいスープ れいとうパイン	とりにく たまご	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン	キャベツ たまねぎ エリンギ パイン えのきたけ	ごはん	オリーブオイル バター	643 22.8 19.9	797 26.7 22.5
4	金	ロールパン ぎゅうにゅう	とりにくのからあげ②③ チーズサラダ まめとトマトのスープ	とりにく ベーコン レンズまめ ひよこまめ	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん トマト	たまねぎ キャベツ セロリ コーン にんにく きゅうり しょうが	パン じゃがいも かたくりこ	あぶら オリーブオイル ドレッシング	640 29.1 22.8	835 37.3 28.4
7	月	ごはん ぎゅうにゅう	ほしのハンバーグわふうソース①② さんしょくソテー たなばたじる	ぶたにく とりにく なると ツナ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな ほうれんそう	キャベツ ねぎ コーン オクラ だいこん しめじ えのきたけ	ごはん そうめん さとう	あぶら	578 23.4 15.9	716 28.8 21.3
		たなばたこんだて									
8	火	ごはん てんどんのぐ ぎゅうにゅう	かきあげ あさづけ とんじる	ぶたにく とうふ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん	キャベツ きゅうり だいこん たまねぎ しょうが ごぼう ねぎ	ごはん こむぎこ じゃがいも こんにゃく	あぶら ごまあぶら	648 20.5 18.7	768 23.4 21
9	水	しょくパン ブルーベリージャム ぎゅうにゅう	とりにくのトマトに アーモンドサラダ	とりにく	ぎゅうにゅう こなチーズ	にんじん トマト	たまねぎ セロリ いんげん しめじ キャベツ きゅうり	パン マカロニ ブルーベリージャム	あぶら ドレッシング アーモンド	633 29.0 19.2	777 35 22.4
10	木	ごはん ぎゅうにゅう	ようふうちらしずしのぐ あつやきたまご かみなりじる	ウインナー みそ あぶらあげ たまご とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん	ほししいたけ コーン えだまめ ねぎ だいこん	ごはん さとう じゃがいも こんにゃく	あぶら ごま	620 24.8 22.6	713 28.3 25.7
11	金	ココアパン ぎゅうにゅう	なすとトマトのスパゲッティ オニオンスープ アイス	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん トマト パセリ	たまねぎ なす しめじ にんにく	パン さとう スパゲッティ アイス	オリーブオイル	654 23.2 16.8	816 28.1 19.8
14	月	ごはん ぎゅうにゅう	あじいりさんがのあまずあんかけ チーズとえだまめのサラダ ごまみそしる	あじ とうふ みそ	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん	キャベツ きゅうり ねぎ もやし だいこん ごぼう えだまめ しょうが	ごはん さとう じゃがいも かたくりこ	あぶら ごま ドレッシング	676 25.3 23.4	773 27.6 24.7
15	火	ごはん ふりかけ ぎゅうにゅう	おうごんに いそあえ とうがんのスープ	ぶたにく ホタテ あつあげ	ぎゅうにゅう のり	にんじん ほうれんそう	たまねぎ たけのこ もやし キャベツ ほししいたけ とうがん えのきたけ	ごはん かたくりこ こんにゃく さとう じゃがいも	あぶら ごま	610 24.8 15.6	725 28.8 17.4
16	水	メロンパン ぎゅうにゅう	ひやしちゅうか （めん やさい） にたまご	とりにく たまご なると	ぎゅうにゅう	にんじん	きゅうり キャベツ もやし	パン さとう ラーメン	あぶら ごまあぶら	620 25.6 20.3	725 28.5 22.8
17	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	なつやさいカレー ヨーグルトあえ	ぶたにく	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん かぼちゃ トマト	たまねぎ にんにく しょうが なす もも パイン みかん バナナ りんご プルーン	むぎごはん じゃがいも	あぶら	661 18.8 14.9	752 20.9 16.3
18	金	コッペパン ぎゅうにゅう	コーンポタージュ かいそうサラダ マンゴーアセロラゼリー	ベーコン	ぎゅうにゅう なまクリーム かいそう	にんじん パセリ	コーン たまねぎ キャベツ きゅうり	パン じゃがいも ゼリー	あぶら ドレッシング	646 21.6 20.4	695 23.2 21.9

※やさいるいはすべてかねつしてあります。　※つごうによりこんだてをへんこうすることがあります。

※給食費の口座振替は７月28日（月）です！前日までに入金お願いいたします。

牛乳を飲もう！



１学期も もうすぐ終わりです。毎日、おいしい給食を食べてくれてありがとうございます。

暑さにまけないようにしっかりと食べて、元気に夏休みをむかえましょう！