



2月 こんだてひょう

令和5年度

宮城県立小松島支援学校

月					火				水				木				金											
※材料の都合により献立を 変更する場合があります。 ※牛乳は毎日つきます。 ※栄養価の上段は小学部 下段は中学部・高等部です。					 クラス掲示用				1 バターロールパン 鶏肉りんごソース キャロットサラダ トマトスープ バナナ				2 <small>せつぶんこんだて</small> 節分献立 ごはん いわしみぞれ煮 五目豆 うーめん汁 豆乳パンナコッタ いちごソース															
																	カロリー	たんぱく質	脂質	塩分	546	24.2	19.7	2.4	603	22.6	20.5	2.0
																	小学部	g	g	g	713	30.7	25.1	3.5	743	26.5	22.9	2.6
5 ごはん 厚揚げのカレー煮 もやし炒め わかめの味噌汁 バナナ					6 けんちんうどん 春巻き チンゲンサイサラダ オレンジ				7 ごはん 厚焼き卵 切り干し大根煮 鶏肉のすまし汁 バナナ				8 チリドッグ (背割りコッペパン チリドッグの具) カレークリームマカロニ ジュリアンヌスープ オレンジ				9 ポークハヤシライス (麦ごはん) 大根サラダ フルーツのヨーグルト和え											
																					555	22.5	16.5	2.2	614	19.5	27.9	2.4
12 振りかえきゅうじつ 振替休日					13 豚丼 (麦ごはん) 小松菜の煮物 海藻スープ オレンジ				14 <small>こんだて</small> バレンタイン献立 ごはん ハート型チキンカツ(ソース) ブロッコリーのごま和え たまごスープ オレンジ				15 食パン いちごジャム 鶏肉のバーベキューソース マカロニサラダ キャベツのスープ バナナ				16 ごはん さばのカレーしょうゆ焼き すき焼き風煮 豆麩の味噌汁 花みかん											
																					713	29.2	20.1	2.9	798	24.5	38.1	3.1
19 ごはん コロッケ(ソース) もやしの中華和え チンゲンサイの味噌汁 オレンジ					20 いちにちにゅうがく 一日入学 予備登校 臨時休業日				21 中華飯 (麦ごはん) カリフラワー和え 豆腐スープ バナナ				22 ココアパン ポークビーンズ ジャーマンポテト コンソメスープ オレンジ				23 てんのうたんじょうび 天皇誕生日											
																					611	20.3	21.7	2.4	727	30.1	19.3	3.7
26 ごはん 赤魚の照り焼き 油麩じゃが 大根の味噌汁 バナナ					27 ちゃんぽん麺 シュウマイ (小2個 中高3個) キャベツの炒め煮 オレンジ				28 <small>高3リクエスト①</small> ごはん から揚げ わかめとツナ和え 中華スープ いちご(小2個 中高3個)				29 <small>高3リクエスト②</small> ソフトパン ハンバーグデミグラスソース ポテトサラダ ミネストローネ バナナ				☆今月の給食目標☆ 感謝して 食べよう											
																					772	24.8	27.1	3.1	726	26.2	26.0	2.5
26 ごはん 赤魚の照り焼き 油麩じゃが 大根の味噌汁 バナナ					27 ちゃんぽん麺 シュウマイ (小2個 中高3個) キャベツの炒め煮 オレンジ				28 <small>高3リクエスト①</small> ごはん から揚げ わかめとツナ和え 中華スープ いちご(小2個 中高3個)				29 <small>高3リクエスト②</small> ソフトパン ハンバーグデミグラスソース ポテトサラダ ミネストローネ バナナ				☆今月の給食目標☆ 感謝して 食べよう											
																					579	23.9	15.1	2.4	533	26.4	17.6	2.6
26 ごはん 赤魚の照り焼き 油麩じゃが 大根の味噌汁 バナナ					27 ちゃんぽん麺 シュウマイ (小2個 中高3個) キャベツの炒め煮 オレンジ				28 <small>高3リクエスト①</small> ごはん から揚げ わかめとツナ和え 中華スープ いちご(小2個 中高3個)				29 <small>高3リクエスト②</small> ソフトパン ハンバーグデミグラスソース ポテトサラダ ミネストローネ バナナ				☆今月の給食目標☆ 感謝して 食べよう											
																					699	34.9	21.8	3.7	727	31.8	23.3	2.4