

11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
	 クラス掲示用 <small>けいじょう</small> カロリー たんぱく質 脂質 塩分 キロ g g g カロリー 小学部 中学部・高等部	1 中華飯 <small>ちゅうかはん</small> (麦ごはん) しょうが和え 豆腐スープ オレンジ	2 食パン いちごジャム ハンバーグケチャップソース キャベツソテー コーンと卵スープ バナナ	3 文化の日 <small>ぶんかひ</small>
		541 22.5 15.7 2.3	623 25.7 22.4 3.0	
		690 28.5 19.3 3.2	745 30.2 25.0 3.8	
6 ごはん <small>とりにく</small> 鶏肉の照り焼き ひじきサラダ 豚汁 バナナ	7 五目うどん かつおカツ (ソース) 梅風味漬け オレンジ	8 ごはん <small>あつあげと豚肉のみそ炒め</small> 厚揚げと豚肉のみそ炒め ごま和え わかめスープ バナナ	9 バターロールパン ハムステーキ ジャーマンポテト なめこの卵スープ オレンジ	10 ポークハヤシ (麦ごはん) コールスローサラダ フルーツのヨーグルト和え
560 25.6 15.5 1.9	556 23.7 22.2 2.6	553 21.7 16.5 2.0	555 25.2 22.9 2.8	659 22.3 23.3 1.5
707 31.7 18.5 2.6	714 29.8 28.2 3.5	700 27.9 20.0 2.6	708 30.4 27.8 3.8	846 28.2 30.1 2.0
13 ごはん <small>けんさんごもくあつや</small> 県産五目厚焼き卵 じゃがいものそぼろ煮 油麩の味噌汁 バナナ	14 しょうゆラーメン <small>あおば</small> 青葉ぎょうざ (小2個 中高3個) 大根とツナのサラダ オレンジ	15 ごはん キャベツメンチカツ (ソース) しらす和え ひきな汁 花みかん	16 <small>こめ</small> 米粉パン ポークビーンズ コーンと枝豆のソテー ミネストローネ オレンジ	17 ごはん いわしハンバーグ わかめとツナ和え <small>こまつなみそしる</small> 小松菜の味噌汁 りんご
573 21.0 16.0 2.0	530 25.3 17.5 2.9	587 19.3 19.0 2.4	597 29.5 23.8 2.5	537 22.7 15.5 2.6
700 25.2 17.4 2.6	704 33.2 22.0 3.8	713 22.2 22.1 3.2	804 39.6 30.8 3.8	702 30.0 19.2 3.7
20 ごはん <small>しゅうぎな</small> 白身魚フライ (ソース) もやしの中華和え <small>だいこんみそしる</small> 大根の味噌汁 オレンジ	21 二色そぼろ丼 (麦ごはん 肉そぼろ・卵そぼろ) ほうれん草のおひたし うーめん汁 はちみつレモンゼリー	22 ごはん <small>とりにく</small> 鶏肉のレモンソース 切り干し大根煮 白菜のスープ バナナ	23 <small>きんろうかんしゃひ</small> 勤労感謝の日	24 ごはん <small>さんましょうがに</small> さんま生姜煮 <small>あつあげのみそ煮</small> 厚揚げのみそ煮 <small>とりにく</small> 鶏肉のすまし汁 花みかん
586 19.9 20.5 2.4	662 23.2 20.9 2.0	603 25.5 18.3 1.4		575 25.0 19.8 2.0
764 25.2 26.0 3.1	846 29.8 26.4 2.8	747 28.9 21.9 1.9		717 30.3 22.9 2.6
27 ごはん <small>とりにく</small> 鶏肉の和風オーロラソース フロッコリーのおかか和え じゃがいもの味噌汁 バナナ	28 ちゃんぽんうどん <small>はるま</small> 春巻き チンゲンサイサラダ 花みかん	29 ごはん <small>あかうお</small> 赤魚の香味焼き 大根と豚肉の煮物 豆腐の五目スープ オレンジ	30 ソフトパン ミートボールのトマト煮 マカロニサラダ コンソメスープ りんご	☆今月の給食目標☆ マナーを 守って 食べよう
553 25.1 13.2 2.2	581 17.5 23.2 2.9	550 26.6 15.6 2.0	556 19.9 22.5 3.0	
707 33.1 15.4 3.0	702 21.3 26.3 3.8	701 33.5 18.7 2.9	703 25.7 25.9 3.9	

給食停止について

- 14日(火) 中学部3年
- 17日(金) 高等部1年
- 27日(月)~29日(水) 高等部3年