

日	献立名	料理別 エネルギー	原材料	段階食	中・高 エネルギー 小 エネルギー たんぱく質 脂質
17 水	ごはん	309(247) kcal	金賞健康米	おかゆ	733 kcal
	牛肉の土手煮	238(190) kcal	和牛もも肉、にんじん、大根、厚揚げ、板こんにやく、いんげん、赤だしみそ、三温糖、清酒、みりん、かつおだしパック、こんぶ、片栗粉、水	牛肉の土手煮	611 kcal
	白菜とツナのおひたし	60(48) kcal	はくさい、こまつな、えのきたけ、ツナ油漬け、濃口しょうゆ、三温糖、花かつお	白菜とツナのおひたし	30.0 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	25.4 g
18 木	ジャージャー麺	420(336) kcal	冷凍ラーメン、豚ひき肉、玉葱、白ねぎ、にんじん、たけのこ、干し椎茸、にんにく、テンメンジャン、濃口しょうゆ、三温糖、清酒、丸鶏がらスープ、こしょう、片栗粉、水、ごま油	ジャージャー麺	655 kcal
	わかめスープ	62(50) kcal	カットわかめ、絹ごし豆腐、にんじん、りょくとうもやし、えのきたけ、鳥がらだし、中華だしの素、食塩、こしょう、淡口しょうゆ、みりん、かたくり粉、ごま油、水	わかめスープ	559 kcal
	ももゼリー	47 kcal	1個	ももゼリー	31.0 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	21.1 g
19 金	ごはん	309(247) kcal	金賞健康米	おかゆ	792 kcal
	鶏の竜田揚げ	285 kcal	鶏もも肉、濃口しょうゆ、食塩、しょうが、清酒、りんご酢、みりん、かたくり粉、油	鶏の竜田揚げ	716 kcal
	けんちん汁	72(58) kcal	絹ごし豆腐、さといも、板こんにやく、にんじん、ごぼう、だいこん、青ねぎ、ごま油、こんぶ、かつおだしパック、みりん、淡口しょうゆ、食塩、水	けんちん汁	29.0 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	30.9 g
22 月	コッペパン	276(184) kcal	1個(小学部:小、中学部・高等部:大)	パン粥	644 kcal
	豚肉のBBQソース	181(145) kcal	豚もも肉、玉葱、なたね油、食塩、こしょう、しょうが、りんごピューレ、ケチャップ、ウスターソース、三温糖、りんご酢	豚肉のBBQソース	504 kcal
	野菜コンソメスープ	61(49) kcal	じゃがいも、にんじん、キャベツ、玉葱、セロリー、スイートコーン水煮、食塩、こしょう、鳥がらだし、パイオン、野菜だし、丸鶏がらスープ、淡口しょうゆ、みりん、ワイン風調味料(白)、水	野菜コンソメスープ	31.0 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	24.6 g
23 火	ごはん	309(247) kcal	金賞健康米	おかゆ	733 kcal
	筑前煮	176(141) kcal	鶏もも肉、さといも、清酒、なたね油、だいこん、にんじん、れんこん、たけのこ水煮、いんげん、板こんにやく、干し椎茸、こんぶ、かつおだしパック、みりん、三温糖、淡口しょうゆ、濃口しょうゆ、水	筑前煮	636 kcal
	ちくわのいそべあげ	122 kcal	ちくわ、油、米粉、小麦粉、ベーキングパウダー、あおのり、水	ちくわのいそべあげ	24.6 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	20.6 g
24 水	ビビンバ丼	474(379) kcal	金賞健康米、牛もも肉、白菜キムチ、にんじん、緑豆もやし、ほうれん草、ごま油、にんにく、濃口しょうゆ、三温糖、清酒、赤だしみそ、塩、すりごま	おかゆ ビビンバ丼の具	655 kcal
	春雨スープ	55(44) kcal	緑豆はるさめ、キャベツ、にんじん、チンゲンサイ、きくらげ、鳥がらだし、中華だしの素、淡口しょうゆ、みりん、ごま油、かたくり粉、食塩、こしょう、水	春雨スープ	549 kcal
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	21.8 g
					20.0 g
25 木	【フランスの献立】				743 kcal
	コッペパン	276(184) kcal	1個(小学部:小、中学部・高等部:大)	パン粥	628 kcal
	あんずジャム	21 kcal	1個	あんずジャム	32.3 g
	白身魚のプロバンス風	147 kcal	まだら、食塩、かたくり粉、小麦粉、油、玉葱、にんにく、オリーブ油、トマト水煮、トマトピューレ、ワイン風調味料(赤)、パイオン、丸鶏がらスープ、三温糖、食塩、ウスターソース、パセリ	白身魚のプロバンス風	27.3 g
	和野菜ウイナーポトフ	114(91) kcal	ウイナー、なたね油、だいこん、じゃがいも、にんじん、れんこん、白ねぎ、ぶなしめじ、パイオン、野菜だし、丸鶏がらスープ、鳥がらだし、みりん、淡口しょうゆ、食塩、こしょう、水	和野菜ウイナーポトフ	
	コアコアぶどう	59 kcal	1個	コアコアぶどう	
26 金	ごはん	309(247) kcal	金賞健康米	おかゆ	750 kcal
	ひじきの手作りふりかけ	63 kcal	芽ひじき、濃口しょうゆ、三温糖、みりん、水、かつお節、こんぶ、すりごま、かつおだしパック	ひじきの手作り ふりかけ	637 kcal
	豚肉きんぴら炒め	148(118) kcal	豚もも肉、ごぼう、つきこんにやく、にんじん、食塩、こしょう、ごま油、濃口しょうゆ、三温糖、清酒、みりん、ごま	豚肉きんぴら炒め	29.2 g
	厚揚げのみそ汁	104(83) kcal	厚揚げ、キャベツ、にんじん、玉葱、ぶなしめじ、こんぶ、かつおだしパック、麦みそ、水	厚揚げのみそ汁	19.8 g
29 月	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	
	牛井	508(406) kcal	金賞健康米、和牛もも肉、しょうが、なたね油、玉葱、にんじん、干し椎茸、濃口しょうゆ、淡口しょうゆ、清酒、三温糖、みりん、かたくり粉、水、かつおだしパック、こんぶ	おかゆ 牛井の具	689 kcal
	チンゲン菜と油揚げのおひたし	55(44) kcal	チンゲン菜、ほうれん草、油揚げ、淡口しょうゆ、三温糖、こんぶ、かつおだしパック、かつお節、水	チンゲン菜と 油揚げのおひたし	576 kcal
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	25.6 g
30 火	【奈良県の献立】				676 kcal
	奈良茶飯	294(235) kcal	金賞健康米、蒸し大豆、番茶、淡口しょうゆ、食塩	おかゆ 奈良茶飯の具	607 kcal
	鶏肉の胡麻味噌焼き	204 kcal	鶏もも肉、麦みそ、濃口しょうゆ、三温糖、みりん、すりごま(段階食ねりごま使用)	鶏肉の胡麻味噌焼き	30.3 g
	よしの汁	52(42) kcal	鶏もも肉、にんじん、はくさい、白ねぎ、干し椎茸、食塩、淡口しょうゆ、くず粉、こんぶ、かつおだしパック、水	よしの汁	25.0 g
牛乳	126 kcal	1本	牛乳		