

	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
13月	ごはん	309(247) kcal	金賞健康米	おかゆ	848 kcal
	鶏肉のレモン和え	292 kcal	鶏もも肉、片栗粉、油、レモン果汁、りんご酢、淡口しょうゆ、三温糖、ワイン風調味料(白)	鶏肉のレモン和え	762 kcal
	夏野菜トマト煮込み	121(97) kcal	かぼちゃ、にんじん、玉葱、なす、ウィンナー、にんにく、オリーブ油、トマト水煮、ケチャップ、パイオン、野菜だし、丸鶏がらスープ、鳥がらだし、三温糖、淡口しょうゆ、食塩、こしょう、水	夏野菜トマト煮込み	27.7 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	32.4 g
14火	ごはん	309(247) kcal	金賞健康米	おかゆ	698 kcal
	鯖の酢煮	164 kcal	さば、にんにく、しょうが、白ねぎ、中ざら糖、濃口しょうゆ、清酒、りんご酢、こんぶ、水	鯖の酢煮	616 kcal
	豚汁	99(79) kcal	豚もも肉、だいこん、にんじん、玉葱、板こんにやく、なたね油、こんぶ、かつおだしパック、麦みそ、水	豚汁	29.9 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	21.7 g
15水	茄子チキンカレー	497(398) kcal	金賞健康米、鶏もも肉、にんにく、ワイン風調味料(赤)、なたね油、なす、玉葱、にんじん、カレールウ、とろけるカレールウ、カレー粉、ウスターソース、鳥がらだし、トマトピューレ、濃口しょうゆ、濃厚ソース、水	おかゆ カレールウ	714 kcal
	豆ツナサラダ	91(73) kcal	蒸し大豆、蒸しひよこ豆、キャベツ、にんじん、ツナ油漬け、りんご酢、淡口しょうゆ、三温糖、食塩、オリーブ油、こしょう	豆ツナサラダ	597 kcal
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	20.9 g
					23.5 g
16木	【高等部2年生お楽しみ献立】				664 kcal
	【沖縄県の献立】				581 kcal
	ジューシー	336(269) kcal	金賞健康米、豚もも肉、にんじん、干しいたけ、塩こんぶ、清酒、濃口しょうゆ、淡口しょうゆ、みりん、三温糖、丸鶏がらスープ、かつおだしパック、こんぶ、水	おかゆ ジューシーの具	27.6 g
	ほっけの幽庵焼き	86 kcal	ほっけ、清酒、食塩、ゆず果汁、淡口しょうゆ、清酒、本みりん、三温糖、水、かたくり粉	ほっけの幽庵焼き	9.2 g
	のっぺい汁	80(64) kcal	さといも、板こんにやく、にんじん、ごぼう、薄揚げ、こんぶ、かつおだしパック、みりん、淡口しょうゆ、食塩、かたくり粉、水	のっぺい汁	
	コアコアヨーグルト	70 kcal	1個	コアコアヨーグルト	
	アップルジュース	92 kcal	1本	アップルジュース	