

日	献立名	料理別 エネルギー	原材料	段階食	中・高 小 エネルギー たんぱく質 脂質
15 火	【新潟県の献立】				675 kcal
	ごはん	309(247) kcal	金賞健康米	おかゆ	586 kcal
	けんちん汁	86(69) kcal	じゃがいも、にんじん、ごぼう、なめこ、木綿豆腐、おつゆふ、こんぶ、かつおだしパック、みりん、淡口しょうゆ、食塩、三温糖、清酒、ごま油、水	けんちん汁	30.2 g
	大葉みそ	48(38) kcal	大葉、ごま油、みりん、米みそ、三温糖、清酒、すりごま、淡口しょうゆ	大葉みそ	16.8 g
	ほっけの幽庵焼き	106 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	
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	
16 水	コッペパン	276(184) kcal	1個(小学部:小、中学部・高等部:大)	パン粥	672 kcal
	ビーフシチュー	214(171) kcal	和牛もも肉、ワイン風調味料(赤)、食塩、こしょう、なたね油、玉葱、にんじん、じゃがいも、マッシュルーム水煮、プロックリー、薄力粉、有塩バター、水、ブイヨン、野菜だし、丸鶏がらスープ、鳥がらだし、三温糖、濃厚ソース、トマトピューレ、ケチャップ、米粉デミグラスソース、水	ビーフシチュー	526 kcal
	カラフルサラダ	56(45) kcal	キャベツ、きゅうり、にんじん、赤ピーマン、スイートコーン水煮、りんご酢、淡口しょうゆ、三温糖、食塩、オリーブ油、こしょう	カラフルサラダ	25.8 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	24.3 g
17 木	こぎつねごはん	347(278) kcal	金賞健康米、薄揚げ、にんじん、淡口しょうゆ、みりん、清酒、塩	おかゆ こぎつねごはんの具	735 kcal
	鶏の照り焼き	188 kcal	鶏もも肉、食塩、こしょう、しょうが、清酒、濃口しょうゆ、三温糖、みりん、かたくり粉、水	鶏の照り焼き	651 kcal
	根菜のみそ汁	74(59) kcal	ごぼう、にんじん、だいこん、じゃがいも、青ねぎ、こんぶ、かつおだしパック、麦みそ、水	根菜のみそ汁	30.6 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	23.6 g
18 金	ごはん	309(247) kcal	金賞健康米	おかゆ	705 kcal
	うどんぎょうざ	184 kcal	豚ひき肉、キャベツ、にら、冷凍うどん、しょうが、にんにく、清酒、塩、こしょう、淡口しょうゆ、ごま油、濃口しょうゆ、りんご酢、ごま油、かたくり粉、水	うどんぎょうざ	626 kcal
	中華スープ	86(69) kcal	りよくとうもやし、玉葱、にんじん、ぶなしめじ、厚揚げ、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	中華スープ	25.9 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	23.9 g
24 木	ごはん	309(247) kcal	金賞健康米	おかゆ	752 kcal
	マーボー豆腐	259(207) kcal	豚ひき肉、なたね油、しょうが、食塩、こしょう、清酒、冷凍豆腐、たけのこ水煮、玉葱、にら、鳥がらだし、中華だしの素、三温糖、赤だしみそ、テンメンジャン、かたくり粉、みりん、水、コーンスターチ	マーボー豆腐	626 kcal
	きゅうりのツナ和え	58(46) kcal	きゅうり、りよくとうもやし、にんじん、カットわかめ、ツナ油漬け、食塩、こしょう、淡口しょうゆ、りんご酢、三温糖	きゅうりのツナ和え	26.7 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	23.2 g
25 金	【お月見献立】				799 kcal
	ごはん	309(247) kcal	金賞健康米	おかゆ	727 kcal
	さんまのかば焼き風	267 kcal	さんま、米粉、かたくり粉、油、濃口しょうゆ、三温糖、清酒、みりん、かつおだしパック、こんぶ、水	さんまのかば焼き風	24.0 g
	月見汁	52(42) kcal	さといも、にんじん、だいこん、板こんにやく、干し椎茸、青ねぎ、清酒、塩、淡口しょうゆ、みりん、かつおだしパック、こんぶ、かたくり粉、水	月見汁	30.4 g
	お月見デザート	45 kcal	1個	お月見デザート	
28 月	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	
	【生徒会長の献立】				851 kcal
	【セントビンセントおよびグレナディーン諸島の献立】				760 kcal
	ペラウ	349(279) kcal	金賞健康米、鶏もも肉、レッドキドニービーンズ、玉葱、にんにく、カレー粉、淡口しょうゆ、ポッカレモン、なたね油、三温糖、トマトケチャップ、ウスターソース、丸鶏がらスープ、ブイヨン	おかゆ ペラウの具	34.3 g
	バイクドチキン	123 kcal	鶏もも肉、にんにく、しょうが、濃口しょうゆ、みりん、ワイン風調味料(白)、塩、こしょう	バイクドチキン	30.9 g
	カラルスープ	104(83) kcal	鶏もも肉、オリーブ油、ほうれん草、オクラ、玉葱、にんじん、じゃがいも、にんにく、鳥がらだし、ブイヨン、丸鶏がらスープ、野菜だし、ワイン風調味料(白)、みりん、淡口しょうゆ、豆乳、食塩、こしょう、カレー粉、水	カラルスープ	
	こだわり極プリン	149 kcal	1個	こだわり極みプリン	
29 火	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	
	ごはん	309(247) kcal	金賞健康米	おかゆ	686 kcal
	酢豚	196 kcal	豚ひれ肉、しょうが、食塩、清酒、かたくり粉、油、にんじん、玉葱、たけのこ水煮、青ピーマン、黄ピーマン、なたね油、りんご酢、三温糖、濃口しょうゆ、トマトケチャップ、中華だしの素、水	酢豚	613 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	24.8 g
30 水	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	17.6 g
	コッペパン	276(184) kcal	1個(小学部:小、中学部・高等部:大)	パン粥	816 kcal
	ハネーソフト	49 kcal	1個	ハネーソフト	702 kcal
	鶏のフレーク焼き	255 kcal	鶏もも肉、食塩、こしょう、ノンエッグマヨ、りんご酢、パン粉、コーンフレーク	鶏のフレーク焼き	33.2 g
	カレー風味スープ	110(88) kcal	玉葱、にんじん、プロックリー、さつまいも、オリーブ油、ブイヨン、野菜だし、丸鶏がらスープ、鳥がらだし、淡口しょうゆ、みりん、カレー粉、カレールウ、食塩、こしょう、水	カレー風味スープ	33.4 g
30 水	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	