

令和6年5月のこんだて

東京都立板橋特別支援学校

校長 尼子 創一

29日(月)	30日(火)	1日(水)	2日(木)	3日(金)
				
		牛乳 ごはん 八宝菜 かぼちゃの煮物 わかめスープ エネルギー 656Kcal 食塩相当量 2.9g	【こどものひ】 牛乳 ちまき風おこわ さわらの照り焼き すまし汁 冷凍ミカン エネルギー 715Kcal 食塩相当量 3.1g	憲法記念日
6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)
こどものひ 振り替え休日 	牛乳 ごはん 鮭の塩こうじ焼き おひたし じゃがいものそぼろ煮 みそ汁 エネルギー 685Kcal 食塩相当量 2.7g	牛乳 ジャージャー麺風パスタ にらと椎茸のスープ リンゴゼリー エネルギー 703Kcal 食塩相当量 2.1g	牛乳 ミルクパン スパニッシュオムレツ ひじきとツナのサラダ 角切り野菜のスープ エネルギー 692Kcal 食塩相当量 3.2g	牛乳 ごはん 魚のゴマみそ焼き チャーホーサイ すまし汁 エネルギー 601Kcal 食塩相当量 2.7g
11日(土)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)
<体育祭> ジョア ポークカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト エネルギー 658Kcal 食塩相当量 2.7g	牛乳 ごはん 豚肉のくわ焼き 大根とほたてのサラダ みそ汁 エネルギー 755Kcal 食塩相当量 2.7g	牛乳 ごはん 煮魚 きんぴらごぼう みそ汁 エネルギー 685Kcal 食塩相当量 3.0g	【郷土料理】 牛乳 けんちんうどん みそポテト 和風サラダ こだますいか エネルギー 671Kcal 食塩相当量 3.0g	牛乳 ごはん 鶏肉のバーベキューソース スイートポテトサラダ わかめと玉ねぎのスープ エネルギー 698Kcal 食塩相当量 2.3g
20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)
牛乳 ごはん 酢豚 ひじきと春雨のサラダ かきたまスープ エネルギー 704Kcal 食塩相当量 2.5g	牛乳 フレンチトースト ポトフ 海藻サラダ 冷凍ミカン エネルギー 733Kcal 食塩相当量 2.9g	牛乳 ごはん ポークジンジャーソテー おひたし みそ汁 リンゴゼリー エネルギー 727Kcal 食塩相当量 2.1g	牛乳 ごはん 鶏肉のから揚げ 茹で野菜和風ドレッシング コーンスープ エネルギー 790Kcal 食塩相当量 2.9g	牛乳 ごはん 豆腐ハンバーグ きのこソース 酢の物 みそ汁 エネルギー 683Kcal 食塩相当量 2.6g
27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)
牛乳 ごはん シンシャモの南蛮漬 青菜とホタテの和え物 すまし汁 エネルギー 637Kcal 食塩相当量 2.7g	ジョア ポークビーンズライス ツナサラダ ぶどうゼリー エネルギー 704Kcal 食塩相当量 1.5g	牛乳 ごはん あじフライ 切り干し大根の煮物 みそ汁 エネルギー 713Kcal 食塩相当量 2.7g	牛乳 トマトとしらすのパスタ 卵キャベツサラダ 貝だくさんスープ エネルギー 747Kcal 食塩相当量 2.4g	牛乳 ごはん 魚の生姜風味焼き 胡麻和え 豚汁 エネルギー 682Kcal 食塩相当量 2.3g

☆牛乳かジョアが毎日つきます。

☆献立は、仕入れの都合により変更になる場合があります。