






# 令和6年7月のこんだて

東京都立板橋特別支援学校

校長 尼子 創一

月	火	水	木	金
1日	2日	3日	4日	5日
牛乳 ごはん さわらの照り焼き きんぴらごぼう 野菜の胡麻酢和え みそ汁	牛乳 ごはん 豚肉のスタミナ焼き ツナサラダ みそ汁	【リクエストメニュー】 カフェオレ きつねうどん フライドポテト おひたし リンゴゼリー	牛乳 ごはん 麻婆豆腐 蒸しなす もずくスープ	【行事食・たなばた】 牛乳 たなばたちらし オクラの胡麻和え そうめん汁 ぶどうゼリー
エネルギー 682Kcal タンパク質 32.6g 脂質 21.8g 食塩相当量 2.7g	エネルギー 747Kcal タンパク質 32.5g 脂質 33.8g 食塩相当量 2.9g	エネルギー 747Kcal タンパク質 24.0g 脂質 13.7g 食塩相当量 3.1g	エネルギー 727Kcal タンパク質 34.2g 脂質 27.5g 食塩相当量 2.9g	エネルギー 691Kcal タンパク質 27.7g 脂質 18.2g 食塩相当量 2.4g
8日	9日	10日	11日	12日
牛乳 ジャージャー麺風パスタ ニラと椎茸のスープ 豆乳花	牛乳 ごはん サバの塩麹カレー焼き からし和え 春雨サラダ みそ汁	牛乳 ごはん チキンピカタ ジャーマンポテト コールスローサラダ 白菜と小松菜のスープ	牛乳 とうもろこしごはん 鮭の塩焼き おひたし 野菜ソテー みそ汁	【世界の料理・ドイツ】 ミルクパン カレーブルスト 粉吹き芋 レタスとたまごのスープ フルーツヨーグルト
エネルギー 668Kcal タンパク質 29.7g 脂質 20.5g 食塩相当量 2.2g	エネルギー 624Kcal タンパク質 29.0g 脂質 18.4g 食塩相当量 2.6g	エネルギー 681Kcal タンパク質 33.4g 脂質 22.3g 食塩相当量 2.4g	エネルギー 623Kcal タンパク質 35.8g 脂質 17.5g 食塩相当量 2.6g	エネルギー 672Kcal タンパク質 29.1g 脂質 29.1g 食塩相当量 3.4g
15日	16日	17日	18日	19日
海の日 	牛乳 夏野菜カレー スパゲッティサラダ こだまスイカ	牛乳 ごはん 油淋鶏 じゃこと大根のサラダ みそ汁	牛乳 ピザトースト ブロッコリーの胡麻和え レタスとトマトのスープ メロン	【行事食・土用の丑の白】 ジョア うなぎちらし 野菜の胡麻酢和え すまし汁 梅ゼリー
	エネルギー 762Kcal タンパク質 31.2g 脂質 20.7g 食塩相当量 2.3g	エネルギー 751Kcal タンパク質 31.7g 脂質 30.6g 食塩相当量 2.5g	エネルギー 602Kcal タンパク質 26.0g 脂質 27.7g 食塩相当量 2.9g	エネルギー 664Kcal タンパク質 26.0g 脂質 20.9g 食塩相当量 2.6g
22日	23日	24日	25日	26日
夏季休業開始 	 	暑い夏休みに入ります。 夏バテしないようにしっかり水分と塩分を取って、 9月にまた元気に給食を食べに来てください		

☆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。