

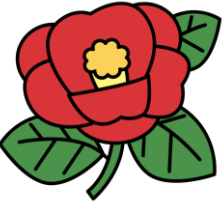


れ い わ ね ん が つ
令和8年2月のこんだて

とうきょうとりつたばしとくべつしえんがっこう
東京都立板橋特別支援学校

こうちょう 校長 山岸 直人

げつ 2日	か 3日	すい 4日	もく 5日	きん 6日
<p>ぎょうじしょく せつぶん 【行事食 節分】</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>いわしのかば焼き丼</p> <p>きりぼしだいこん 切干大根サラダ</p> <p>とうにゅう しる 豆乳みそ汁</p> <hr/> <p>エネルギー 770Kcal タンパク質 34.7g 脂質 26.6g 食塩相当量 2.5g</p>	<p>にゅうがゆうだんぴ 入学相談日</p>  <hr/> <p>エネルギー 631Kcal タンパク質 25.0g 脂質 19.0g 食塩相当量 3.6g</p>	<p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>わかめごはん</p> <p>ぎせいどうふ 擬製豆腐</p> <p>こんさい にもの 根菜の煮物</p> <p>かきたま汁</p> <hr/> <p>エネルギー 631Kcal タンパク質 25.0g 脂質 19.0g 食塩相当量 3.6g</p>	<p>カフェオレ</p> <p>ナン</p> <p>キーマカレー</p> <p>かぼちゃサラダ</p> <p>くだもの 果物（りんご）</p> <hr/> <p>エネルギー 629Kcal タンパク質 23.7g 脂質 19.9g 食塩相当量 2.6g</p>	<p>ぎゅうにゅう ごはん 牛乳 ごはん</p> <p>ふたにく や 豚肉のくわ焼き</p> <p>かいそう 海藻サラダ</p> <p>みそ汁</p> <hr/> <p>エネルギー 691Kcal タンパク質 27.7g 脂質 27.3g 食塩相当量 2.5g</p>
<p>9日</p> <p>ぎゅうにゅう ごはん 牛乳 ごはん</p> <p>めかじきの香味醬油漬け</p> <p>からし あ 辛子和え</p> <p>やさいちゅうか ゆで野菜中華ドレッシング</p> <p>ワントンスープ</p> <hr/> <p>エネルギー 602Kcal タンパク質 30.5g 脂質 15.8g 食塩相当量 2.4g</p>	<p>10日</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>ビビンバ</p> <p>だいこん 大根マヨサラダ</p> <p>はるさめ 春雨スープ</p> <hr/> <p>エネルギー 631Kcal タンパク質 22.5g 脂質 23.5g 食塩相当量 2.1g</p>	<p>11日</p> <p>けんこくきねん ひ 建国記念の日</p>  <hr/> <p>エネルギー 791Kcal タンパク質 34.0g 脂質 27.3g 食塩相当量 2.3g</p>	<p>12日</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>ミートソーススパゲッティ</p> <p>イタリアンサラダ</p> <p>チョコプリン</p> <hr/> <p>エネルギー 791Kcal タンパク質 34.0g 脂質 27.3g 食塩相当量 2.3g</p>	<p>13日</p> <p>ぎゅうにゅう ごはん 牛乳 ごはん</p> <p>サバの味噌煮</p> <p>レンコンのきんぴら</p> <p>すまし汁</p> <hr/> <p>エネルギー 684Kcal タンパク質 30.4g 脂質 19.8g 食塩相当量 2.3g</p>
<p>16日</p> <p>【リクエスト献立 3-1】</p> <p>ぎゅうにゅう せきはん 牛乳 赤飯</p> <p>あ 揚げジャガイモのそぼろ煮</p> <p>キャベツの塩昆布和え</p> <p>やさい 野菜スープ</p> <hr/> <p>エネルギー 696Kcal タンパク質 25.6g 脂質 21.3g 食塩相当量 2.9g</p>	<p>17日</p> <p>かいこうきねん ひ 開校記念日</p>  <hr/> <p>エネルギー 666Kcal タンパク質 25.2g 脂質 26.8g 食塩相当量 3.1g</p>	<p>18日</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>ピザトースト</p> <p>ポトフ</p> <p>コールスローサラダ</p> <p>くだもの 果物（みかん）</p> <hr/> <p>エネルギー 666Kcal タンパク質 25.2g 脂質 26.8g 食塩相当量 3.1g</p>	<p>19日</p> <p>【世界の料理 インドネシア】</p> <p>ぎゅうにゅう ナシゴレン 牛乳 ナシゴレン</p> <p>サテ・アヤム（インドネシア風焼き鳥）</p> <p>アチャール（インドネシア風漬物）</p> <p>やさい 野菜スープ</p> <hr/> <p>エネルギー 641Kcal タンパク質 35.2g 脂質 21.0g 食塩相当量 2.2g</p>	<p>20日</p> <p>ぎゅうにゅう ごはん 牛乳 ごはん</p> <p>しゃけ 鮭のチーズソースかけ</p> <p>こまつな 小松菜サラダ</p> <p>わかめスープ</p> <hr/> <p>エネルギー 607Kcal タンパク質 32.7g 脂質 18.4g 食塩相当量 2.2g</p>
<p>23日</p> <p>てんのうたんじょうび 天皇誕生日</p>  <hr/> <p>エネルギー 657Kcal タンパク質 36.8g 脂質 15.6g 食塩相当量 2.8g</p>	<p>24日</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>あんかけ焼きそば</p> <p>トマトサラダ</p> <p>ミカンゼリー</p> <hr/> <p>エネルギー 657Kcal タンパク質 36.8g 脂質 15.6g 食塩相当量 2.8g</p>	<p>25日</p> <p>きょうどりよりり みやぎけん 【郷土料理 宮城県】</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>せんたいふ たまご どん 仙台麩の卵とじ丼</p> <p>だいこん 大根とほたてのサラダ</p> <p>みそ汁</p> <hr/> <p>エネルギー 793Kcal タンパク質 32.7g 脂質 28.4g 食塩相当量 2.9g</p>	<p>26日</p> <p>【リクエスト献立 3-J】</p> <p>ぎゅうにゅう ごはん 牛乳 ごはん</p> <p>鶏肉のからあげ</p> <p>ポテトサラダ</p> <p>みそ汁 フルーツヨーグルト</p> <hr/> <p>エネルギー 874Kcal タンパク質 32.2g 脂質 34.1g 食塩相当量 1.8g</p>	<p>27日</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>ハヤシライス</p> <p>だいこん 大根のサラダ</p> <p>リンゴゼリー</p> <hr/> <p>エネルギー 717Kcal タンパク質 23.3g 脂質 23.1g 食塩相当量 2.3g</p>

☆牛乳が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。