

4月分 舎食献立予定

2024年 茨城県立下妻特別支援学校

ご入学・ご進級おめでとうございます。寄宿舍の食事はみなさんが元気で過ごせるように、栄養バランスを考えてつくられています。みんなで楽しくいただきましょう。

日	曜日	朝食	夕食	間食	
8	月	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">8日は始業式のため、寄宿舍の昼食</div> 麦ご飯・ポークカレー 牛乳 いりどりサラダ 果物（いちご）	エネルギー 673 kcal	ご飯 すまし汁 ポークピカタ 蒸し野菜 金平ごぼう エネルギー 657 kcal	飲むヨーグルト エネルギー 94 kcal
9	火	ご飯・みそ汁 サンマのおかか煮 ベーコンポテト ほうれんそうのポン酢あえ	エネルギー 516 kcal	ご飯 さつま汁 アジフライ ゆでキャベツ 筑前煮 エネルギー 635 kcal	ももゼリー エネルギー 67 kcal
10	水	ご飯・みそ汁 厚焼き玉子 ほうれんそうのお浸し 切り昆布の煮物 乳酸菌飲料	エネルギー 521 kcal	わかめご飯 のっぺい汁 ちぐさ焼き卵 ブロッコリーサラダ 果物（オレンジ） エネルギー 616 kcal	りんごジュース エネルギー 94 kcal
11	木	ご飯・みそ汁 なっとう 肉とキャベツのびりから炒め マカロニサラダ	エネルギー 616 kcal	ご飯 コーンチャウダー ハンバーグ フライドポテト グリーンサラダ エネルギー 641 kcal	スフレケーキ エネルギー 367 kcal
12	金	ご飯・みそ汁 温泉卵 じゃが芋のそぼろ煮 塩昆布和え 乳酸菌飲料	エネルギー 538 kcal		
15	月			まいだけご飯 豚汁 ホッケ文化干し おろしあえ かぼちゃサラダ エネルギー 609 kcal	飲むヨーグルト （マスカット） エネルギー 68 kcal
16	火	ご飯・みそ汁 たれ付きミートボール 千切りポテトソテー ほうれん草のツナあえ	エネルギー 518 kcal	ご飯 みそ汁 厚揚げと肉団子の煮物 たけのこみそマヨ炒め もやしのサラダ エネルギー 639 kcal	みかんゼリー エネルギー 82 kcal
17	水	ご飯・みそ汁 鯖の西京焼き こまつなのお浸し 切り干し大根煮 乳酸菌飲料	エネルギー 540 kcal	ご飯 なめこ汁 サバ竜田揚げ ブロッコリーささみサラダ 肉じゃが エネルギー 668 kcal	ヨーグルト エネルギー 92 kcal
18	木	ご飯・みそ汁 ウインナーソテー こぶき芋 グリーンサラダ	エネルギー 514 kcal	ご飯 みそ汁 肉団子のもち米蒸し がんもと大根の煮物 ピーマンのゴマず和え エネルギー 639 kcal	オレンジジュース エネルギー 56 kcal
19	金	ご飯・みそ汁 のりふりかけ 親子煮 もやしのナムル 乳酸菌飲料	エネルギー 552 kcal		

日	曜日	朝食		夕食		間食
22	月			さげわかめご飯 そうめん汁 鶏肉のみそマヨネーズ焼き こまつなと厚揚げの炒め物	エネルギー 610 kcal	のむヨーグルト (マスカット) エネルギー 68 kcal
23	火	ご飯・みそ汁 アジの西京漬け じゃが芋おそぼろ煮 ほうれんそうのお浸し	エネルギー 518 kcal	ご飯 沢煮椀 サバのごま焼き 大根マヨサラダ カボチャのそぼろあんかけ	エネルギー 642 kcal	みかんゼリー エネルギー 82 kcal
24	水	ご飯・みそ汁 納豆 ひじき煮 きゅうりツナサラダ 乳酸菌飲料	エネルギー 581 kcal	ご飯 チーズオムレツ グリーンサラダ チキントマトシチュー	エネルギー 668 kcal	レモンヨーグルト エネルギー 92 kcal
25	木	ご飯・みそ汁 チキンナゲット こぶき芋 フレンチサラダ	エネルギー 526 kcal	ご飯 わかめスープ 酢鶏 ごぼうサラダ 果物(オレンジ)	エネルギー 635 kcal	杏仁プリン エネルギー 123 kcal
26	金	ご飯・みそ汁 オムレツ ゆで野菜 金平ごぼう 乳酸菌飲料	エネルギー 548 kcal			
30	月			ご飯 のっぺい汁 サケのもみじ焼き ほうれんそうのお浸し 大根の煮物	エネルギー 600 kcal	飲むヨーグルト (ブルーベリー) エネルギー 109 kcal

舎食費について

単価	朝食	昼食 (小学部)	昼食(中学部 高等部)	夕食	間食
	260円	330円	340円	380円	125円

※ 一ヶ月分まとめて、翌月に口座から引き落とします。