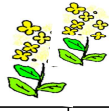


4 かつ



こんだてよていひょう



2026年度
大分県立大分支援学校

にち 日	ようび 曜日	はし 箸	しゅしょく 主食	ぎゅうにゅう 牛乳	しゅさい ぶくさい 主菜・副菜	おも しょくひん はたら 主な食品とその働き			エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
						ち にく 血や肉をつくる	ねつ ちから 熱や力となる	からだ ちょうし せいの 体の調子を整える	中・高学部 小学部	中・高学部 小学部
8	水				しぎょうしき 始業式					
9	木				カレー フルーツのジュレあえ	ぎゅうにゅう ふたにく こなチーズ	ごはん あぶら じゃがいも さとう ジュレ	にんじん たまねぎ みかん パイナップル アロエ りんご	kcal 674 583	g 21 18.6
10	金				にゅうがくしき 入学式					
13	月				マーボー豆腐 しゅうまい きゃべつの昆布あえ	ぎゅうにゅう みそ 豆腐 ふたにく しゅうまい こんぶ	ごはん あぶら さとう かたくりこ	たまねぎ にんじん ねぎ しいたけ もやし きゃべつ	kcal 663 574	g 29.6 25.7
14	火	○			ちゅうかスープ ちくわのいそべあげ かいそうサラダ	ぎゅうにゅう ふたにく ちくわ かいそう ツナ	ごはん あぶら はるさめ こむぎこ さとう	にんじん たまねぎ しいたけ ほうれんそう きゃべつ もやし	kcal 628 545	g 26 22.7
15	水				春やさいのポトフ パンネのミートソース いちごジャム	ぎゅうにゅう ウインナー ふたにく こなチーズ	パン じゃがいも パンネ あぶら さとう ジャム	たまねぎ にんじん きゃべつ ブロッコリー とまとみずに	kcal 622 540	g 24 21.1
16	木				ポークストロガノフ コールスローサラダ	ぎゅうにゅう ふたにく ハム チーズ	ごはん パター こめこ クリーム マヨネーズ さとう	たまねぎ にんじん しめじ きゃべつ きゅうり コーン グリーンピース とまと	kcal 635 550	g 25 21.9
17	金	○			魚そうめんじる とりのからあげ 野菜のひじきあえ 紅白ゼリー	ぎゅうにゅう 豆腐 魚そうめん とりにく ひじき	ごはん こむぎこ かたくりこ あぶら ゼリー	にんじん えのきだけ ねぎ しいたけ きゃべつ ほうれんそう	kcal 711 613	g 32.4 28.0
20	月	○			大根と豚ばらのスープ あつあげのみそに とうにゅうムース	ぎゅうにゅう ふたにく こんぶ みそ	ごはん あぶら さとう ムース	だいこん にんじん ねぎ しいたけ こんにゃく たまねぎ えだまめ	kcal 664 574	g 25.9 22.7
21	火	○			玉ねぎのみそ汁 鮭の塩こうじやき はるさめサラダ	ぎゅうにゅう あげ 豆腐 わかめ みそ さけ ハム	ごはん はるさめ こむぎこ あぶら さとう マヨネーズ	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ きゃべつ きくらげ きゅうり	kcal 635 550	g 29 25.2
22	水				ポークビーンズ ツナのレモンサラダ	だいす ふたにく ツナ	パン じゃがいも さとう あぶら	たまねぎ にんじん コーン とまと きゃべつ レモンかじゅう	kcal 637 552	g 31.6 27.4
23	木	○			なかよしうどん いわしのかんろ煮 うま塩ひじき	ぎゅうにゅう あげ とりにく かまぼこ ひじきいわしわかめ	ごはん うどん あぶら さとう	にんじん ほうれんそう しいたけ ねぎ さやいんげん	kcal 675 584	g 33.4 28.9
24	金				かんげいかい 歓迎会					
27	月	○			きゃべつのみそ汁 きりぼし大根のあまから丼 花やさいのおかかマヨあえ	ぎゅうにゅう あげ 豆腐 みそ ふたにく かつおぶし	ごはん あぶら さとう かたくりこ マヨネーズ	きゃべつ だいこん ねぎ にんじん えのきだけ ブロッコリー カリフラワー	kcal 637 552	g 27.2 23.7
28	火	○			だんごじる 花やさいのおかかマヨあえ	ぎゅうにゅう ツナ とりにく ふたにく あげ 豆腐 みそ	ごはん あぶら さとう やせうま	ごぼう にんじん はくさい だいこん しいたけ ねぎ ブロッコリー きゃべつ	kcal 600 521	g 27.7 24.1
29	水				しょうわひ 昭和の日					
30	木	○			豆腐の中華煮 ツナマヨビーフン 骨太ふりかけ	ぎゅうにゅう ツナ ふたにく かまぼこ ちりめん かつおぶし	ごはん あぶら ビーフン マヨネーズ さとう	にんじん キャベツ たまねぎ だけのこ ねぎ コーン ほうれんそう しいたけ	kcal 666 576	g 28.4 24.7

※材料の都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。