

# 6月分献立表

令和6年度

東京都立七生特別支援学校

月	火	水	木	金
3日	4日	5日	6日	7日
牛乳 ごはん 四川豆腐 春雨スープ 杏仁豆腐	牛乳 ごはん 鶏肉のかみかみ焼き バランスサラダ みそ汁	牛乳 豆腐と挽肉のあんかけごはん 中華スープ くだもの	牛乳 ごはん さばの味噌煮 ごぼう添え かぼちゃの揚げ浸し 沢煮椀	牛乳 いなかうどん ごぼうサラダ あじさいゼリー
<b>歯と口の健康週間</b>				
エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 733kcal 38.4g	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 711kcal 33.7g	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 670kcal 28.0g	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 699kcal 29.7g	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 689kcal 25.6g
10日	11日	12日	13日	14日
牛乳 チキンカレーライス コールスローサラダ くだもの	開校記念日 	牛乳 鮭ごはん 揚げじゃがのそぼろ煮 みそ汁 みかんゼリー	ショア セサミトースト ポトフ ツナとわかめのサラダ	牛乳 ごはん 魚の照り焼き お浸し 豚汁 フルーツポンチ
エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 700kcal 21.9g		エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 713kcal 28.4g	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 715kcal 28.0g	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 626kcal 28.6g
17日	18日	19日	20日	21日
牛乳 ごはん 鶏肉の山賊焼き おかか和え かき玉汁 抹茶豆腐ゼリー 長野県の郷土料理	牛乳 親子丼 小松菜とひじきの和え物 みそ汁	牛乳 ごはん 魚のおろしがけ 野菜と油揚げの煮物 みそ汁	牛乳 ごはん 肉豆腐 みそ汁 くだもの	牛乳 スパゲッティペスカトーレ わかめのサラダ ブルーベリーヨーグルト
エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 651kcal 31.3g	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 682kcal 35.7g	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 675kcal 29.8g	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 665kcal 32.7g	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 694kcal 32.3g
24日	25日	26日	27日	28日
牛乳 ごはん えび花焼売 春雨サラダ 青菜と豆腐のスープ	牛乳 クリームパン ポークビーンズ 小松菜サラダ	牛乳 ごはん 白身魚の玉葱ソース しめじ和え みそ汁 洋なし寒天ゼリー	牛乳 醤油ラーメン チンゲン菜の中華和え 米粉のレモンケーキ	牛乳 ひじきご飯 魚の葱味噌焼き 吉野汁 海藻とツナサラダ
エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 682kcal 30.8g	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 647kcal 33.7g	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 674kcal 31.9g	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 757kcal 30.4g	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 636kcal 29.6g

※天候等の理由により、使用食材や献立を変更することがあります。

©エネルギーとたんぱく質は中学部、高等部の値です。小学部低学年(1・2・3年)は70%、高学年(4・5・6年)は85%です。