

令和4年4月 舎食予定献立表

2022. 4 (盲学校・熊本聾学校)

	曜	朝食	エネルギー	昼食	夕食	エネルギー	備考	
1	金			<p><b>入学・進級 おめでとうございます</b></p> <p>寄宿舎生のみなさん、 新入学ならびに進級、お めでとうございます。春 休みにはゆっくりした生 活を送っていたと思いま すが、4月からまた新し い生活が始まります。毎 日しっかり食事をとり、 早寝早起きをして規則正 しい生活を心がけ、元気 に学校生活を送れるよう にしていきましょうね。 寄宿舎の食事は、寄宿 舎の隣にある新しい厨房 で作られています。 みなさんにとって、毎 日の生活の元気の源とな るように、これまで同様 おいしい舎食を提供でき るよう頑張ります！</p> 				
2	土							
3	日	ご入学・進級 おめでとうございます✿						
4	月							
5	火							
6	水							
7	木					ごはん 魚のかば焼き わかめスープ サラたまのおかか和え 731kcal		
8	金	麦ごはん みそ汁(里芋・厚揚げ・えのき) さばごま味噌煮 カレーソテー	503kcal					
9	土							
10	日							
11	月	ごはん みそ汁(わかめ・豆腐・小松菜) 信田煮 きのこと小松菜のごま和え	495kcal			キャベツたっぷりドライカレーライス ケーキ トンカツ コーンと卵のスープ カリカリベーコンサラダ 1057kcal		歓迎 夕食会
12	火	麦ごはん みそ汁(じゃが・しめじ・玉ねぎ) いわしのみぞれ煮 れんこんの金平	500kcal			ごはん から揚げ けんちん汁 きゅうりと鶏肉の梅がらめ 854kcal		
13	水	麦ごはん みそ汁(キャベ・豆腐・えのき) れんこん平つくね アスパラソテー	539kcal			鮭ごはん 白身魚の味噌マヨ焼き たけのこのみそ汁 ゆかり和え 760kcal		
14	木	麦ごはん 肉団子スープ トマトオムレツ チンゲンサイソテー	528kcal			ごはん ふりかけ ソース焼きそば 野菜スープ フルーツミックス 825kcal		
15	金	麦ごはん みそ汁(カボ・油揚げ・わかめ) チキンナゲット もやし炒め	454kcal					

舎食回数 盲学校・熊本聾学校・・・朝6回、夕5回

※献立は変更される場合があります。

	曜	朝食	エネルギー	昼食	夕食	エネルギー	備考	
16	土			<p><b>*4月が旬の食材*</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・キャベツ</li> <li>・アスパラガス</li> <li>・グリーンピース</li> <li>・ごぼう</li> <li>・たまねぎ</li> <li>・たけのこ</li> <li>・鯖(さわら)</li> <li>・鰯(たい)</li> <li>・わかめ</li> <li>・デコポン</li> <li>・いちご</li> </ul>				
17	日							
18	月	ごはん 春雨スープ 鮭のマヨネーズ焼き マカロニサラダ	500kcal			ごはん 和風ハンバーグ 手作りももゼリー 豚汁 わかめの酢の物	770kcal	
19	火	麦ごはん みそ汁(里芋・厚揚げ・玉ねぎ) スコッチエッグ ほうれん草ソテー	494kcal			ごはん しゅうまい タイピーエン 海藻サラダ	797kcal	ふるさとくまさんデー
20	水	麦ごはん みそ汁(もやし・豆腐・いんげん) 照り焼きチキン コーンバター炒め	465kcal			ごはん ユーリンチー 中華スープ チンジャオロウスウ	862kcal	
21	木	麦ごはん みそ汁(さつま芋・厚揚げ・しめじ) ハンバーグ 一食ケチャップ ウィンナーと野菜ソテー	586kcal			鶏めし とり天 だんご汁 しそ昆布和え	853kcal	日本全国味巡り
22	金	パン(メロンパン・チーズパン・コーンブレッド) ジャム ラビオリスープ ミートオムレツ ごぼうサラダ	599kcal					
23	土							
24	日							
25	月	ごはん みそ汁(切干大根・豆腐・えのき) さんま梅煮 ひじき煮	569kcal			ごはん 手作り里芋コロッケ 五目うどん にんじんのごまマヨサラダ	789kcal	
26	火	麦ごはん みそ汁(キャベツ・油揚げ・えのき) ハムステーキ 菜焼き	559kcal		ピビンバ ナムル ヨーグルト えびマヨ キムチスープ	918kcal	世界の味巡り	
27	水	麦ごはん みそ汁(小松菜・厚揚げ・にんじん) 厚巻卵ウィンナー もやしソテー	483kcal		ごはん ツナ春巻き 新キャベツのクリームスープ 甘夏サラダ	767kcal		
28	木	麦ごはん みそ汁(じゃが・しめじ・玉ねぎ) 一食ケチャップ 豆腐ハンバーグ キャベツとツナの炒め物	566kcal					
29	金	<b>昭和の日</b>						
30	土							

**毎月選ぼう♪セレクトメニュー**

毎月1回実施している「セレクトメニュー」は、自分で考えておかずなどを選ぶものです。リクエストなどがあれば、ぜひ教えて下さい。5月からスタートします♪

舎食回数 盲学校・熊本聾学校・・・朝9回、夕7回

※献立は変更される場合があります。