

2024年4月 舎食予定献立表

(盲学校・熊本聾学校)

| 日付 | 曜 | 朝食 | エネルギー | | 夕食 | エネルギー | 備考 |
|-----|---|--|----------|--|--|----------|------------|
| 8日 | 月 | ごはん かぼちゃのみそ汁 いわし生煮 アスパラとウィンナーのソテー | 560 kcal | <p>入学・進級 おめでとう ございます</p> <p>寄宿舎生のみなさん、御入学ならびに御進級、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。</p> <p>みなさんにとって、毎日の生活の元気の源となるよう、これまで同様おいしくて栄養満点の舎食を提供できるように頑張ります！</p> <p>*4月が旬の食材*</p> <ul style="list-style-type: none"> ・キャベツ ・アスパラガス ・グリーンピース ・ごぼう ・たまねぎ ・たけのこ ・鯛 ・わかめ ・アコボン ・いちご <p>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。5月からスタートします♪</p> | ごはん コンソメスープ きのこソースがけハンバーグ じゃこナッツサラダ | 711 kcal | |
| 9日 | 火 | 麦ごはん ラビオリスープ ハムステーキ 彩り野菜ソテー | 677 kcal | | たけのこご飯 すまし汁 鶏肉の竜田揚げ ふわふわたまごの春雨サラダ ケーキ | 753 kcal | 歓迎夕食会 |
| 10日 | 水 | 麦ごはん 玉ねぎのみそ汁 千草焼き ちくわと野菜の煮物 ヤクルト | 576 kcal | | ごはん ポテトスープ 魚フライ 豚肉の塩だれ炒め | 884 kcal | |
| 11日 | 木 | 麦ごはん 大根のみそ汁 いわしと肉のハンバーグ 菜焼き | 543 kcal | | ごはん 豚汁 鮭の塩麹焼き ゴマネーズ和え | 703 kcal | |
| 12日 | 金 | 麦ごはん じゃがいものみそ汁 さばみそ煮 煮なます | 558 kcal | | | | |
| 15日 | 月 | ごはん チンゲンサイのみそ汁 いわしのトマト煮 ほうれん草ソテー | 529 kcal | | コーンピラフ かぼちゃのポタージュ 鶏肉のハニーマスタード焼き 新玉ねぎとハムのマリネ | 707 kcal | |
| 16日 | 火 | 麦ごはん えのきのみそ汁 厚焼き卵 レンコンの昆布煮 | 535 kcal | | ごはん 家常豆腐 焼売 中華和え | 825 kcal | |
| 17日 | 水 | 麦ごはん キャベツのみそ汁 根菜肉詰め信田煮 筑前煮 | 556 kcal | | ごはん ミネストローネ 魚と野菜のマヨチーズ焼き きのこ牛肉の炒め物 シュークリーム | 815 kcal | |
| 18日 | 木 | 麦ごはん ビーフンスープ 魚のマヨネーズ焼き チンゲンサイソテー | 583 kcal | | ごはん 馬肉の卵とじ煮 魚の塩焼き アーモンドとゆず風味のサラダ | 728 kcal | ふるさとくまさんデー |
| 19日 | 金 | 麦ごはん きのこのみそ汁 チキンナゲット もやしと人参のきんぴら ジョア（ストロベリー） | 576 kcal | | | | |
| 22日 | 月 | ごはん 小松菜のみそ汁 さんまのみぞれ煮 コーンバター炒め | 558 kcal | | ごはん 春野菜みそ汁 豚肉のしょうが焼き ゆかり和え フルーツヨーグルト | 701 kcal | |
| 23日 | 火 | ホットケーキ いちご&マーガリンジャム 春雨スープ 厚巻卵ウィンナー れんこんの味噌マヨ炒め | 594 kcal | | ビーフカレー メンチカツ ジンジャーサラダ | 894 kcal | |
| 24日 | 水 | 麦ごはん わかめのみそ汁 和風きんぴら包み焼き ひじきの炒り煮 | 556 kcal | | わかめご飯 中華スープ 手作り千草焼き 春雨とひき肉の炒め物 焼きプリンタルト | 720 kcal | |
| 25日 | 木 | 麦ごはん 肉団子スープ トマトオムレツ じゃこ炒め | 543 kcal | | ごはん 親子煮 白身魚の甘酢あんかけ レンコンチップサラダ | 703 kcal | |
| 26日 | 金 | 麦ごはん 豆腐のみそ汁 クリスピーチキン じゃがいものきんぴら ヨーグルト | 544 kcal | | | | |
| 30日 | 火 | ごはん きのこのみそ汁 照り焼きチキン 小松菜の煮びたし | 527 kcal | | ごはん 洋風肉じゃが タンドリーフィッシュ まめまめサラダ | 664 kcal | |

舎食回数 盲学校・聾学校・・・朝 16回、夕 13回
※献立は変更される場合があります。