



8・9月の献立



れいわ ねんど おかやまけんりつせい びしえん がっ こう
令和3年度 岡山県立西備支援学校

日 に ち	曜 日	こ ん だ て め い 名			エネルギー量(単位: kcal)				
					小学部	中学部	高等部		
30	月	カレーライス	牛乳	コールスローサラダ	ヨーグルト	661	753	799	
31	火	ごはん	牛乳	チンジャオロース	チンゲンサイと卵のスープ	冷凍みかん	602	690	733
1	水	パン	牛乳	ベーコン煮	ツナひじきサラダ	マーマレードジャム	589	718	738
2	木	ごはん	牛乳	さばのごまだれかけ	キャベツのおかか	和えなめこの赤だし	575	662	698
3	金	サラダうどん	牛乳	大学かぼちゃ	バナナ		601	703	717
6	月	鶏そぼろ丼	牛乳	魚そうめん汁	冷凍みかん		614	704	749
7	火	ごはん	牛乳	マーボーなす	中華サラダ	わかめふりかけ	594	684	728
8	水	スティックバーグサンド	牛乳	マカロニスープ	洋梨ミニゼリー		575	685	694
9	木	ごはん	牛乳	さわらのたつた揚げ	おひたし	かぼちゃのみそ汁	646	747	793
10	金	麦ごはん	牛乳	肉じゃが	きゅうりの梅かつお和え	納豆	641	731	775
13	月	中華丼	牛乳	揚げぎょうざ	フルーツ豆乳杏仁		630	745	789
14	火	ごはん	牛乳	冬瓜のカレー煮	いかとコーンの和え物	しそひじき	603	693	737
15	水	ビーンズサンド	牛乳	かぼちゃのポタージュ	冷凍みかん		647	788	813
16	木	ごはん	牛乳	あじのねぎだれかけ	はりはり漬け	しめじのみそ汁	630	728	770
17	金	ソフトめんのみそあんかけ	牛乳	海藻サラダ	抹茶ビーンズ		677	802	827
21	火	【お月見献立】 ゆかり枝豆ごはん	牛乳	里芋の煮物	野菜としめじの和え物	月見ゼリー	602	688	731
22	水	えびかつバーガー	牛乳	ミネストラスープ	冷凍みかん		680	814	829
24	金	麦ごはん	牛乳	煮しめ	酢のもの	のり佃煮	606	697	742
27	月	キムチチャーハン	牛乳	大根サラダ	にらたまスープ		572	659	702
28	火	ごはん	牛乳	いわしの甘辛	ひじき入り	和え物さつま汁	677	789	834
29	水	ミートサンド	牛乳	ビーフン入り野菜スープ	オレンジ		600	734	756
30	木	ごはん	牛乳	若鶏の香味焼き	茎わかめの酢のもの	えのきたけのみそ汁	593	684	720

8・9月のめあて

※ 材料の都合等により献立を変更することがあります。

『食事のあいさつをきちんとしよう』

いただきます!

ごちそうさま!

