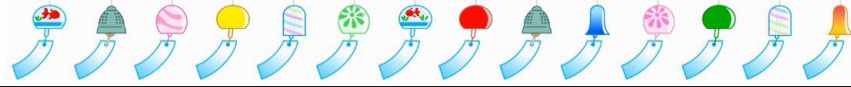


7月 献立表



令和6年度
高岡市立こまどり支援学校
富山県立高志支援学校高等部こまどり分教室

日 曜	献立名					使用食品		
	牛乳	主食	普通食	後期食	中期食・中期移行食・初期食	赤 血や肉になる	緑 体の調子をよくする	黄 熱や力のもとになる
1 月		ごはん	さばのみそホイル焼き ビーフソテー にらたま汁 アンデスメロン	軟飯 さばのみそ煮 ビーフソテー たまご汁 アンデスメロン	おかゆ さばのみそ煮 ビーフソテー たまご汁 アンデスメロンピューレ	牛乳 さば みそ 卵 豆腐	キャベツ 人参 きくらげ ピーマン 生姜 にら 玉ねぎ メロン	ごはん ビーフン ごま油 片栗粉 ジャガイモ
2 火		コッペパン	鮭のパン粉焼き ドレッシングサラダ 米粉のみそシチュー	コッペパン 鮭のガーリック煮 ドレッシングサラダ 米粉のみそシチュー	パンがゆ 鮭のガーリック煮 ドレッシングサラダ 米粉のみそシチュー	牛乳 鮭 鶏肉 大豆 みそ	にんにく パセリ きゅうり コーン ブロッコリー 赤ピーマン 玉ねぎ レモン キャベツ マッシュルーム 人参	パン パン粉 オリーブ油 砂糖 ジャガイモ 米粉 マーガリン
3 水		ごはん	揚げだし豆腐のごまだれがけ 青菜ともやしのひたし さつま汁 ブルーベリーゼリー	軟飯 揚げだし豆腐のごま煮 青菜のひたし さつま汁 ブルーベリーゼリー	おかゆ 揚げだし豆腐のごま煮 青菜のひたし さつま汁 ブルーベリーゼリー	牛乳 豆腐 豚肉 みそ	ほうれん草 もやし キャベツ 人参 大根 ねぎ ごぼう ブルーベリー	ごはん 片栗粉 砂糖 ごま さつま芋 こんにゃく
4 木		コッペパン	ししゃものフライ ブロッコリーのソテー ワントンスープ ヨーグルト	コッペパン いわしの生姜煮 ブロッコリーのソテー ワントンスープ ヨーグルト	パンがゆ いわしの生姜煮 ブロッコリーのソテー ワントンスープ ヨーグルト	牛乳 ししゃも ベーコン 鶏肉 いわし ヨーグルト	ブロッコリー 玉ねぎ コーン キャベツ 人参 生姜 しめじ しいたけ	パン パン粉 油 マーガリン ワンタン ジャガイモ
5 金		ごはん 七塔献立	オムレツ 小松菜のごま和え 七塔汁 七塔ゼリー	軟飯 オムレツ 小松菜のひたし 七塔汁 ぶどうゼリー	おかゆ オムレツ 小松菜のひたし 七塔汁 ぶどうゼリー	牛乳 卵 油揚げ 小松菜 キャベツ 切干大根 玉ねぎ 人参 しいたけ オクラ ぶどう メロン レモン	ごはん ごま そうめん 砂糖	
6 土								
7 日								
8 月		ごはん	大豆のみそがらめ もやしときゅうりの生姜和え きのこのすまし汁 豆乳プリン	軟飯 大豆のみそ煮 きゅうりの生姜和え 豆腐のすまし汁 豆乳プリン	おかゆ 大豆のみそ煮 きゅうりの生姜和え 豆腐のすまし汁 豆乳プリン	牛乳 大豆 みそ 高野豆腐 わかめ 豆腐 豆乳	もやし きゅうり キャベツ 生姜 なめこ しめじ 人参 ねぎ	ごはん 片栗粉 油 砂糖
9 火		米粉入りパン	肉シュウマイ 小松菜のオイスター炒め 卵とコーンのスープ すいか	米粉入りパン 肉シュウマイ 小松菜のオイスター炒め 卵とコーンのスープ すいか	米粉入りパンがゆ 肉シュウマイ 小松菜のオイスター炒め 卵とコーンのスープ すいかジュース	牛乳 豚肉 卵	玉ねぎ 小松菜 まいたけ 赤ピーマン コーン パセリ すいか キャベツ	パン 米粉 片栗粉
10 水		ごはん	えびシュウマイ 拌三絲 麻婆豆腐 冷凍みかん	軟飯 えびシュウマイ 拌三絲 麻婆豆腐 オレンジ	おかゆ えびシュウマイ 拌三絲 麻婆豆腐 オレンジジュース	牛乳 えび かに 卵 豚肉 赤みそ 豆腐	きゅうり 人参 玉ねぎ ねぎ 生姜 にんにく しいたけ キャベツ たけのこ みかん オレンジ	ごはん 春雨 砂糖 ごま油 油 片栗粉 ジャガイモ
11 木		食パン	ハンバーグ 大豆サラダ ポテトスープ チョコクリーム	食パン 煮こみハンバーグ 大豆サラダ ポテトスープ チョコクリーム	パンがゆ 豚肉のうま煮 大豆サラダ ポテトスープ チョコクリーム	牛乳 牛肉 豚肉 ベーコン 大豆	きゅうり 枝豆 玉ねぎ 人参 マッシュルーム キャベツ	パン 砂糖 ごま ジャガイモ チョコ
12 金		ごはん	さわらの豆板醤焼き ひじきの炒り煮 みそ汁 ピーチシャーベット	軟飯 さわらのピリ辛煮 野菜の炒め煮 みそ汁 ピーチシャーベット	おかゆ さわらのピリ辛煮 野菜の炒め煮 みそ汁 ピーチシャーベット	牛乳 さわら ひじき 豚肉 大豆 わかめ みそ	生姜 にんにく 人参 ねぎ いんげん 玉ねぎ もも キャベツ	ごはん ごま油 こんにゃく 油 砂糖 ジャガイモ
13 土								
14 日								
15 月	海の日							
16 火		2/3コッペパン	鶏肉のレモン焼き ほうれん草のコーン和え ナスとトマトの Pasta	2/3コッペパン 鶏肉のレモン煮 ほうれん草のコーン和え ミートソーススパゲッティ	パンがゆ 鶏肉のレモン煮 ほうれん草のコーン和え ミートソーススパゲッティ	牛乳 鶏肉 ベーコン 大豆	ほうれん草 キャベツ コーン 玉ねぎ なす トマト しめじ にんにく パセリ レモン	パン スパゲッティ 油 砂糖 ジャガイモ
17 水		ごはん	いかのかりん揚げ いんげんのごま和え 太きゅうりのそぼろ煮 青りんごゼリー	軟飯 大豆のカレー煮 キャベツのごま和え 太きゅうりのそぼろ煮 青りんごゼリー	おかゆ 大豆のカレー煮 キャベツのごま和え 太きゅうりのそぼろ煮 青りんごゼリー	牛乳 いか 大豆 みそ 鶏肉	いんげん キャベツ 人参 生姜 太きゅうり 玉ねぎ しいたけ 青りんご	ごはん 片栗粉 油 砂糖 ごま こんにゃく ジャガイモ
18 木		ごはん	赤魚の立田揚げ ナムル 韓国風肉じゃが	軟飯 赤魚の立田揚げ ナムル 韓国風肉じゃが	おかゆ 赤魚の立田揚げ ナムル 韓国風肉じゃが	牛乳 赤魚 豚肉	生姜 人参 きゅうり もやし にんにく 玉ねぎ 赤ピーマン しめじ ねぎ キャベツ	ごはん 片栗粉 油 ごま油 ジャガイモ しらたき ごま
19 金		高岡食19丼	高岡野菜のスタミナ豚丼 フライドポテト 豆腐のすまし汁 カスタードプリン	軟飯 高岡野菜のスタミナ煮 ポテト煮 豆腐のすまし汁 カスタードプリン	おかゆ 高岡野菜のスタミナ煮 ポテト煮 豆腐のすまし汁 カスタードプリン	牛乳 豚肉 豆腐 わかめ 卵	にんにく 生姜 玉ねぎ 人参 しいたけ 小松菜 たけのこ ねぎ キャベツ	ごはん 油 砂糖 ごま 片栗粉 ジャガイモ 麩
20 土								
21 日								
22 月		麦ごはん	卵のベーコン焼き ごまごまサラダ 夏野菜のカレー	軟飯 オムレツ ブロッコリーサラダ カレー	おかゆ オムレツ ブロッコリーサラダ カレーシチュー	牛乳 卵 ベーコン 豚肉	かぼちゃ なす ビーマン 玉ねぎ 人参 にんにく ブロッコリー キャベツ	ごはん 油 ジャガイモ ごま 砂糖
23 火		食パン	鶏肉の香り揚げ 海藻サラダ フルーツポンチ	食パン 鶏肉の生姜煮 キャベツサラダ フルーツポンチ	パンがゆ 鶏肉の生姜煮 キャベツサラダ フルーツポンチ	牛乳 鶏肉 わかめ	生姜 キャベツ きゅうり 人参 みかん もも パイン 玉ねぎ	パン 片栗粉 米粉 油 砂糖 ごま ゼリー サイダー ジャガイモ
24 水	終業式							

<小学部・中学部>

7月23日(火) 給食終了
7月24日(水) 終業式
8月27日(火) 始業式
8月28日(水) 給食開始

<高等部>

7月19日(金) 終業式・給食終了
9月 2日(月) 始業式・給食開始



献立表・給食だよりは
こまどり支援学校の
ホームページの「各種
お便り・配布物」から
もご覧いただけます

