



れ い わ ね ん ど が つ がっこうきゅうしょくこんだてよていひょう
令和4年度11月 学校給食献立予定表

給食回数20回
 愛知県立一宮特別支援学校



こんげつ 今月の給食目標 きゅうしょくもくひょう	た の も の た い ぜ つ し きゅうしょく ひ と かんじょう ・食物の大切さを知る ・給食にたずさわる人に感謝する のぞ しくせいかつ りかい ・望ましい食生活を理解する
---------------------------------------	--

日 に ち	しゅしょく 主 食	ぶくしょく 副 食(おかず)	はたら ちから たいおん 働く力や体温のもととなる (はたらべつ いろくぶん きん 追加物 (働き別の色区分:黄 群))	ち にく ほね は 血・肉・骨・歯になる (はたらべつ いろくぶん あか 群) 添加物	からだ ちよし どの 体の調子を整える (はたらべつ いろくぶん みどり 群)	備 考 (エネルギー)
1 (火)	ごはん	さばのみそ煮 白菜のごま和え のっぺい汁	さとう	牛乳	しょうが にんじん はくさい ほうれんそう もやし ごま わかな	エネルギーは小学部 高学年の数値です。 (500)
2 (水)	ごはん	れんこんサンドフライ 〔食〕平つくね ひじきの炒り煮 芋煮	ぼんこ でんぶん こわぎこ あぶら でんぶん さとう	牛乳	れんこん しいたけ たまねぎ キャベツ しょうが にんじん コーン だいこん にんじん えのきたけ ねぎ	(517)
4 (金)	ごはん	麻婆豆腐 キャベツの若菜和え 春雨スープ	さとう ごまあぶら でんぶん さとう	牛乳	たまねぎ にんじん たけのこ ねぎ に んにく しょうが にんじん キャベツ わかな きくらげ〔食〕→除去 はくさい ねぎ	(518)
7 (月)	ごはん	いわしの生姜煮 青菜のきのこ和え 大根のみそ汁	さとう	牛乳	しょうが にんじん はくさい ほうれんそう なめたけ だいこん こまつな えのきたけ	(498)
8 (火)	カレーライス(ごはん)	スクールコロッケ もやしのナムル	じゃがいも あぶら じゃがいも ぼんこ こわぎこ あぶら さとう	牛乳	たまねぎ にんじん セロリ にんにく にんじん たまねぎ もやし にんじん きゅうり にんにく	(625)
9 (水)	ごはん	なすのみそメンチカツ 即席漬け さつま芋のみそ汁	でんぶん さとう あぶら さつまいも	牛乳	たまねぎ きゅうり キャベツ だいこん はくさい ねぎ	(565)
10 (木)	ごはん	サーモンバーグ 五目きんぴら 冬瓜のくずひき	でんぶん さとう さとう	牛乳	たまねぎ おおば ごぼう にんじん こまつな ねぎ とうがん	(486)
11 (金)	ごはん	厚焼き卵 〔食〕オムレツ ゆかり和え 豚汁	でんぶん さとう でんぶん さとう じゃがいも	牛乳	たまご たまご はくさい にんじん きゅうり ゆかりこ ごぼう にんじん ねぎ	(525)
14 (月)	ごはん	ホキフライの甘辛たれかけ ほうれん草のごま和え 白みそ汁	こめこ でんぶん さとう あぶら さとう	牛乳	ホキ ほうれんそう はくさい にんじん ごま こまつな たまねぎ ねぎ なめこ	(424)
15 (火)	ごはん	さつま芋コロッケ すきやき風煮 なめこ汁	さとう さつまいも ぼんこ でんぶん あぶら さとう しらたき	牛乳	はくさい にんじん えのきたけ ねぎ しょうが なめこ だいこん ねぎ	(640)
16 (水)	ごはん	蓮根ハンバーグのおろしあん 〔食〕スクールハンバーグ 野菜の彩サラダ けんちん汁	こわぎこ ぼんこ でんぶん あぶら こわぎこ でんぶん さとう	牛乳	れんこん だいこん たまねぎ キャベツ にんじん もやし きピーマン ズッキーニ しめじ だいこん ねぎ	(500)

日にち	主食	副食(おかず)	はたら ちから たいおん 働く力や体温のもととなる (はたら べつ いろくぶん きく ぐん 働き別の色区分:黄 群)		ち にく ほね は 血・肉・骨・歯になる (はたら べつ いろくぶん あか ぐん 働き別の色区分:赤 群)		からだ ちようし とどの 体の調子を整える (はたら べつ いろくぶん みどり ぐん 働き別の色区分:緑 群)		備考 (エネルギー)
			添加物						
17 (木)		かき揚げきしめん	こむぎこ		牛乳		はくさい しいたけ にんじん ねぎ	(548)	
		かき揚げ	あぶら でんぷん こむぎこ				たまねぎ にんじん いんげん		
		きゅうりの酢のもの	さとう ごまあぶら		わかめ		きゅうり にんじん もやし		
18 (金)	ごはん	野菜コロッケ	じゃがいも ばんこ こむぎこ あぶら		牛乳		かぼちゃ にんじん たまねぎ	(542)	
		もやしのカレー炒め	ごまあぶら		まぐろ		もやし こまつな		
		豆腐のすまし汁			とうふ わかめ		ねぎ		
21 (月)	ごはん	チキンカツのレモンソース	ばんこ こむぎこ あぶら でんぷん さとう		牛乳	とりにく	れもん	(480)	
		塩昆布あえ			こんぶ(〔食〕除去)		はくさい にんじん きゅうり		
		コンソメスープ					キャベツ にんじん しめじ たまねぎ		
22 (火)	ごはん	いわしの八丁味噌煮	でんぷん さとう		牛乳	いわし		(602)	
		肉じゃが	じゃがいも さとう			ぶたにく	にんじん たまねぎ グリンピース		
		かきたま汁	でんぷん			たまご(〔ア〕→除去) とうふ	たまねぎ ほうれんそう ねぎ		
24 (木)	ごはん	けんちんしのだ煮	さとう でんぷん		牛乳	だいず たら ひじき	にんじん	(582)	
		(〔食〕豆腐のうま煮)				とうふ	にんじん だいこん		
		煮味噌	さとう			なまあげ(〔食〕とうふ)ちくわ みそ	だいこん にんじん		
		石狩汁				さけ みそ	しめじ はくさい ねぎ		
25 (金)	中華丼(ごはん)	愛知のしそ春巻き	あぶら		牛乳	ぶたにく	たまねぎ にんじん はくさい もやし えのきたけ	(545)	
		(〔食〕しゅうまい)	あぶら でんぷん ばんこ こむぎこ さとう			ぶたにく とりにく	たまねぎ		
28 (月)	ごはん	ビッグ肉団子	ばんこ でんぷん さとう ごま あぶら		牛乳	とりにく ぶたにく	たまねぎ しょうが トマト	(476)	
		切りほ だいこん にももの 切干し大根の煮物	さとう あぶら			あぶらあげ(〔食〕後期IIまで)	だいこん にんじん しいたけ		
		中華風コーンスープ				たまご(〔ア〕→除去)	たまねぎ にんじん コーン		
29 (火)		ミートソース(ソフト麺)	こむぎこ さとう でんぷん		牛乳	ぶたにく	にんにく にんじん たまねぎ トマト	(563)	
		パンプキンハートコロッケ	ばんこ こむぎこ あぶら			とりにく	たまねぎ かぼちゃ		
30 (水)	ごはん	和風コロッケ	じゃがいも ばんこ こむぎこ あぶら		牛乳		にんじん れんこん	(520)	
		キャベツのゆかり和え					キャベツ にんじん きゅうり もやし ゆかりこ		
		小松菜のみそ汁				みそ	はくさい こまつな ねぎ		

献立や行事は、変更になることがありますので、あらかじめ御了承ください。

【※略称〔食〕→食形態食】

1人あたりの 月平均栄養価 (小学部高学年)	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
	kcal	g	g	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g	g
	533	19.9	11.7	339	1.9	221	0.47	0.47	22	3.4	1.9

各学部の栄養価は小学部高学年の数値に下記の係数をかけて、目安としてください。

幼稚部	小学部 低学年	中学部	高等部
0.68	0.8	1.14	1.18