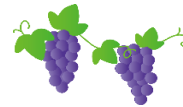




令和4年度9月分 学校給食献立予定表



給食回数19回  
愛知県立一宮特別支援学校

今月の給食の目標 正しい食べ方を知る  
主食や副食を交互にバランスよく食べる。

日にち	献立名		働く力や体温のもととなる	血・肉・骨・歯になる	体の調子を整える	備考 (エネルギー)
	主食	副食(おかず)	(働きの色区分:黄群) 添加物	(働きの色区分:赤群)	(働きの色区分:緑群)	
2 (金)	カレーライス(ごはん)	じゃがいも あぶら		ぎゅうにく	にんじん トマト たまねぎ セロリ にんにく	(646) エネルギーは小学部 高学年の数値です。
	里芋コロッケ	ばんこ さといも あぶら		牛乳	たまねぎ	
	即席漬け				キャベツ きゅうり だいこん	
5 (月)	わかめごはん	宗田かつおのおかか煮 ([食]ミートボール)	でんぶん さとう	かつお	しょうが にんにく しょうが にんじん たまねぎ しいたけ たけのこ	(548)
	煮味噌	ばんこ でんぶん こむぎこ あぶら		ぎゅうにく ぶたにく とりにく	たまねぎ	
	ほうれん草のすまし汁	さといも		ぶたにく なまあげ([食]→とうふ) あか みそ	にんじん だいこん	
		でんぶん		とうふ	えのきたけ ほうれんそう	
6 (火)	ジャージャーめん(冷やし中華めん)	でんぶん ごまあぶら		ぎゅうにく あかみそ	しょうが にんにく しょうが にんじん たまねぎ しいたけ たけのこ	(677)
	蒸ししゅうまい	でんぶん ばんこ こむぎこ		ぶたにく とりにく	たまねぎ	
	キャベツのサラダ	さとう ごまあぶら			キャベツ きゅうり あかピーマン	
7 (水)	ごはん	さば味噌煮 きりぼしだいこん(にもの 切干大根の煮物)	さとう	さば あかみそ		(564)
	けんちん汁	さとう ごまあぶら		牛乳	あぶらあげ([食]後期Ⅱまで)	
		さといも ごまあぶら		とうふ	にんじん だいこん しいたけ しめじ ごぼう だいこん ねぎ	
8 (木)	揚げ出し豆腐	あぶら	でんぶん あぶら	とうふ	たまねぎ しいたけ	(550)
	麦([食]豆腐のうま煮)			とうふ	たまねぎ しいたけ	
	南瓜のそぼろ煮	さとう でんぶん		とりにく	かぼちゃ	
	根菜のみそ汁			あぶらあげ([食]後期Ⅱまで) あかみ そ	ごぼう だいこん にんじん	
9 (金)	ウサギハンバーグ	あぶら		とりにく ぶたにく	たまねぎ にんじん にんにく	(568)
	里芋の煮物	さとう さといも		牛乳	はんぺん	
	麩のすまし汁			やきふ	だいこん しいたけ ねぎ	
12 (月)	蓮根サンドフライ	ばんこ でんぶん こむぎこ あぶら		とりにく	れんこん しいたけ たまねぎ	(569)
	ひじきとキャベツのサラダ	さとう		とりにく ぶたにく	キャベツ しょうが	
	夏の豚汁			ひじき	キャベツ にんじん	
				ぶたにく とうふ ミックスみそ	なす みょうが かぼちゃ たまねぎ	
13 (火)	牛丼(ごはん)	さとう でんぶん		ぎゅうにく とうふ	たまねぎ えのきたけ ごぼう しらたき にんにく ねぎ にんじん キャベツ	(656)
	さつま芋と大豆の揚げがらめ	さつまいも でんぶん さとう あぶら		牛乳	だいず	
	ほうれん草のごま和え	さとう	いちのみやしさん 一宮市産		ほうれんそう にんじん はくさい ごま	
14 (水)	なすのみそメンチカツ	でんぶん さとう あぶら		とりにく	なす たまねぎ	(608)
	肉じゃが	じゃがいも さとう		ぎゅうにく	にんじん たまねぎ グリンピース	
	小松菜のみそ汁			しろみそ	こまつな ごぼう なめこ ねぎ	
15 (木)	三河赤鶏のチキンカツおろしかけ	ばんこ こむぎこ あぶら さとう		とりにく	だいこん	(546)
	ゆかり和え			牛乳	キャベツ にんじん きゅうり ゆかりこ	
	さつまいものみそ汁	さつまいも		あかみそ	えのきたけ ねぎ	

日にち	献立名		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 きぐん (働き別の色区分:黄群) てんかぶつ 添加物)	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)	
	主食	副食(おかず)					
16 (金)	わかめ ごはん	いわしの梅煮 <small>うめに</small>	さとう てんぷん <small>いちのみやしきん</small>	牛乳	いわし	うめ しそ	(507)
		筑前煮 <small>ちくぜんに</small>	さとう		とりにく	ごぼう にんじん だいこん たけのこ しいたけ いんげん	
		なすのみそ汁 <small>しる</small>			あぶらあげ([食]後期Ⅱまで) あかみそ	えのきたけ なす 	
20 (火)	ごはん	ハンバーグ ケチャップソース	てんぷん さとう	牛乳	とりにく ぶたにく	トマト	(640)
		五目きんぴら	さとう		まぐろ 	にんじん こまつな ごぼう しらたき いんげん	
		のっぺい汁 <small>しる</small>	てんぷん			だいこん にんじん ごぼう ねぎ しめじ	
21 (水)	ごはん	ホキのおろしかけ	こめこ てんぷん さとう あぶら	牛乳	ホキ	だいこん	(448)
		([食]ミートボール)	ばんこ てんぷん こわぎこ あぶら		ぎゅうにく ぶたにく とりにく	たまねぎ 	
		煮和え <small>にあ</small>	さとう あぶら		あぶらあげ([食]後期Ⅱまで) はんぺん	にんじん こまつな だいこん こまつな	
		とうふのみそ汁 <small>しる</small>			とうふ あかみそ	ごぼう ねぎ	
22 (木)	ごはん	春巻き <small>はるま</small>	てんぷん あぶら さとう	牛乳	ぶたにく あかみそ		(514)
		([食]しゅうまい)	てんぷん ばんこ こわぎこ		ぶたにく とりにく	たまねぎ 	
		麻婆豆腐 <small>まーぼとうふ</small>	さとう ごまあぶら		ぎゅうにく とうふ あかみそ	にんじん ねぎ しいたけ しょうが に にく たけのこ なす	
		わかめスープ			わかめ	にんじん えのきたけ ねぎ	
26 (月)	ごはん	蓮根ハンバーグ <small>れんこん</small>	こわぎこ ばんこ てんぷん あ ぶら	牛乳	とりにく	れんこん 	(551)
		([食]スクールハンバーグ)	こわぎこ てんぷん		とりにく ぶたにく	たまねぎ	
		キャベツとツナのサラダ	さとう ごまあぶら		まぐろ	キャベツ きゅうり にんじん	
		ミネストローネ	じゃがいも		だいず	たまねぎ キャベツ セロリ トマト	
27 (火)	わかめ ごはん	ビッグ肉だんご <small>にく</small>	ばんこ てんぷん さとう ごま あぶら	牛乳	ぶたにく とりにく 	たまねぎ しょうが トマト	(543)
		塩昆布和え <small>しおこんぶあ</small>			こんぶ	はくさい にんじん きゅうり	
		白みそ汁 <small>しろ</small>	じゃがいも		あぶらあげ([食]後期Ⅱまで) しろみ そ	こまつな なめこ ねぎ たまねぎ	
28 (水)	あんかけソフト麺 <small>めん</small>	厚焼き卵 <small>あつや たまご</small>	てんぷん さとう	牛乳	ぎゅうにく ぶたにく ウインナー	にんにく あかピーマン きピーマン ズッキーニ たまねぎ なす トマト	(669)
		([食]オムレツ)	てんぷん さとう		たまご([ア]→除去)		
		キャベツの甘酢あえ <small>あま酢</small>	さとう ごまあぶら		たまご([ア]→除去)	キャベツ きゅうり	
29 (木)	ちゅうかどん 中華丼	けんちんしのだ煮	さとう てんぷん	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 しいたけ	(627)
		([食]豆腐のうま煮) <small>とうふ に</small>	さとう		だいず たら ひじき	にんじん	
		きゅうりのごま和え			とうふ 	しいたけ にんじん	
						きゅうり にんじん もやし ごま	
30 (金)	ごはん	パンプキンハートコロケ	てんぷん ばんこ あぶら	牛乳	とりにく	かぼちゃ	(555)
		チンジャオロース	さとう あぶら		ぎゅうにく あかみそ	ピーマン たまねぎ にんじん たけのこ	
		中華風コーンスープ <small>ちゅうかふう</small>			たまご([ア]→除去)	コーン たまねぎ にんじん	

都合により、変更す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】

※主食(ごはん・パン・めん)は、黄群に分類されます

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
	578	22.3	17.5	338	2.7	224	0.49	0.49	28	4.3	2.2

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