



令和4年度7月分 学校給食献立予定表



給食回数13回
愛知県立一宮特別支援学校

<p>今月の給食の目標</p>	<p>準備と片付けの仕方</p>
<p>・配ぜんをきちんと行う。</p>	<p>・協力して準備や片付けをする。</p>

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)	(働きの別の色区分:黄群) 添加物	(働きの別の色区分:赤群)	(働きの別の色区分:緑群)	
1 (金)	ごはん	かつおフライ	てんぷん さとう あぶら こむぎこ ばんこ	かつお	たまねぎ	(537) <small>エネルギーは小学部 高学年の数値です。</small>
		[[食]→ ^{さけにもの} 鮭煮物)	さとう	さけ		
		のりと ^{わかな} 若菜の ^あ 和え物		のり	だいこん にんじん きゅうり わかな うめ	
		じゃがいもの ^{しる} みそ汁	じゃがいも	しろみそ	ねぎ えのきたけ	
4 (月)	むぎ ごはん	さんまのみ ^に ぞれ煮	さとう てんぷん	さんま	だいこん	(558)
		煮 ^{みそ} 味噌	さといも	なまあげ[[食]とうふ) ちくわ あかみそ	だいこん にんじん	
		なすのみ ^{しる} みそ汁		とうふ まめみそ わかめ	なす えのきたけ	
5 (火)	ごはん	愛知の ^{はるま} しそ春巻き	はるさめ てんぷん さとう こむぎこ	とりにく	たまねぎ キャベツ ねぎ にんじん しそ	(515)
		[[食]→ ^{しゅうまい} しゅうまい)	てんぷん こむぎこ	ぶたにく	キャベツ たまねぎ	
		即 ^{そく} 席 ^{せき} 漬 ^{じけ} け			キャベツ きゅうり だいこん	
		春 ^{はる} 雨 ^{あめ} スープ	はるさめ		キャベツ コーン 赤ピーマン きピーマン ズッキーニ にんじん たまねぎ	
6 (水)	ごはん	さばのみ ^に みそ煮	さとう	さば まめみそ		(547)
		青 ^{あお} 菜 ^な の ^き の ^あ こ和 ^あ え			ほうれんそう こまつな にんじん もやし なめたけ	
		の ^{じる} っ ^{じる} ぺい ^{じる} 汁	さといも しらたき てんぷん		ごぼう にんじん しいたけ ねぎ	
7 (木)	ごはん	星 ^{ほしがた} 形 ^{がた} ハン ^{はん} バー ^{ばー} グ ^ぐ お ^お ろ ^ろ し ^し か ^か け	じゃがいも てんぷん さとう	とりにく ぶたにく	たまねぎ トマト だいこん	(573)
		塩 ^{しお} 昆 ^{こん} 布 ^ぶ 和 ^あ え		牛乳 こんぶ	キャベツ にんじん きゅうり もやし	
		とう ^{じる} ふ ^{じる} の ^{じる} す ^{じる} まし ^{じる} 汁		とうふ わかめ	はくさい えのきたけ	
8 (金)	ごはん	牛 ^{ぎゅう} 井 ^{どん}	しらたき	ぎゅうにく やきとうふ([[食]とう ふ)	キャベツ にんじん たまねぎ えのきたけ ごぼう ねぎ しいたけ	(589)
		厚 ^{あつ} 焼 ^や き ^{たまご} 卵	てんぷん あぶら	たまご		
		[[食]→オム ^{おむ} レ ^れ ツ)	てんぷん あぶら	たまご		
		き ^す ゅう ^{もの} りの ^{もの} 酢 ^す の ^{もの} 物	さとう ごまあぶら	わかめ	きゅうり にんじん もやし	
11 (月)	きんめ げんまい 玄 ^く 米 ^く ごはん	けん ^に ちん ^に しの ^に だ ^に 煮	さとう てんぷん	だいず たら ひじき	にんじん	(579)
		[[食]→ ^{とうふ} 豆腐 ^に の ^に う ^に ま ^に 煮)	さとう てんぷん	とうふ	にんじん だいこん	
		肉 ^{にく} じゃ ^が が	じゃがいも さとう	ぶたにく	たまねぎ にんじん さやいんげん	
		大 ^{だい} 根 ^{こん} のみ ^{しる} みそ ^{しる} 汁		まめみそ	だいこん なめこ ねぎ	





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) (働きの色区分:黄群) <small>添加物</small>	(働きの色区分:赤群)	(働きの色区分:緑群)		
12 (火)	ごはん	いわしの梅煮	さとう だんぷん	牛乳	いわし	うめ	(502)
		煮和え	さとう		あぶらあげ([食]後期Ⅱまで) はんぺん	こまつな にんじん もやし	
		なめこ汁			とうふ まめみそ	はくさい ねぎ なめこ	
13 (水)	ごはん	キャベツ入りメンチカツ	ばんこ だんぷん あぶら	牛乳	ぶたにく ぎゅうにく	キャベツ たまねぎ	(560)
		五目きんぴら	しらたき さとう あぶら		ささみ	ごぼう にんじん いんげん	
		蓮根のつみれ汁	だんぷん		たら わかめ	りんこん だいこん こまつな えのきだけ	
14 (木)	ごはん	中華丼	ごまあぶら	牛乳	ぶたにく	たまねぎ ねぎ たけのこ にんじん はくさい もやし えのきだけ	(631)
		かぼちゃひき肉フライ	ばんこ だんぷん こむぎこ あぶら みずあめ		ぶたにく	かぼちゃ たまねぎ	
		ソナサラダ	あぶら さとう		まぐろ	キャベツ にんじん ブロッコリー キピーマン	
15 (金)	ごはん	ジャージャー麺(冷やし白玉うどん)	さとう だんぷん ごまあぶら	牛乳	ぎゅうにく あかみそ	にんじん ねぎ しょうが にんにく たまねぎ たけのこ しいたけ もやし	(635)
		ちくわの磯辺揚げ	あぶら こむぎこ		ちくわ	あおのり	
		([食]→ミートボール)	ばんこ だんぷん		ぎゅうにく ぶたにく とり	たまねぎ	
		ゆかり和え	さとう		キャベツ きゅうり にんじん ゆかりこ うめ もやし		
19 (火)	ごはん	ナスのみそメンチカツ	さとう ばんこ こむぎこ だんぷん あぶら	牛乳	ぶたにく	たまねぎ なす	(592)
		切干し大根の煮物	さとう		あぶらあげ([食]後期Ⅱまで)	だいこん にんじん しいたけ	
		かきたま汁	だんぷん		とうふ たまご	えのきだけ ほうれんそう	
20 (水)	ごはん	夏野菜カレー	あぶら じゃがいも	牛乳	ぎゅうにく	にんじん トマト たまねぎ あかピーマン きピーマン ズッキーニ にんにく なす	アイス (822) まっちゃん (738) 2しよく ゼリー (696) さくらんぼ (701)
		枝豆コロッケ	じゃがいも さとう こむぎこ だんぷん ばんこ あぶら			えだまめ たまねぎ	
		スーパーカップ ミニ(バニラ)	さとう みずあめ あぶら		たまご ぎゅうにゅう		
		とけないアイス風 デザート(まっちゃん)	とうにゅう こめこ さとう みずあめ あぶら だんぷん		ぎゅうにゅう なまクリーム かとうれんにゅう	まっちゃん	
		いちごとみかんの 2色ゼリー	さとう			みかん いちご	
		さくらんぼのゼリー	さとう			さくらんぼ	

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
	579	22.5	14.0	345	2.2	220	0.49	0.51	27	4.2	2.4

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