



令和4年度2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 (水)	ごはん	けんちんしのだ煮	でんぷん さとう		だいず たら ひじき	(564) エネルギーは小学部 高学年の数値です。		
		([食]豆腐のうま煮)	さとう		とうふ			
		白菜のキノコ和え	さとう				にんじん はくさい	
		じゃがいものみそ汁	じゃがいも えのきたけ		なまあげ([食]→とうふ) しろみそ		えのきたけ ねぎ	
2 (木)	ごはん	みかわあかどり 三河赤鶏の子キンカツ	あぶら こむぎこ さとう ばんこ		とりにく	(547)		
		かんとうに 関東煮			牛乳		なまあげ([食]→とうふ) ちくわ	だいこん にんじん
		すまし汁	でんぷん				やきふ わかめ	はくさい えのきたけ
3 (金)	ごはん	いわしの蒲焼き	さとう あぶら こむぎこ でんぷん		いわし	(563)		
		([食]白身魚フライ)	あぶら ばんこ		ほき			
		野菜のごまあえ	あぶら					はくさい ほうれんそう もやし にんじん ごま
		白みそ汁			とうふ しろみそ		とうふ だいこん たまねぎ えのきたけ	
6 (月)	中華丼(ごはん)	あげぎょうざ	あぶら		ぶたにく いとかまぼこ	(546)		
		([食]ミートボール)	ばんこ でんぷん		牛乳		ぶたにく	たまねぎ にんじん ねぎ はくさい もやし えのきたけ しいたけ
					ぎゅうにく とりにく ぶたにく		たまねぎ	
7 (火)	ごはん	ハンバーグのキノコあんかけ	こむぎこ ばんこ あぶら でんぷん		ぶたにく とりにく	(585)		
		キャベツのサラダ	さとう ごまあぶら		牛乳		キャベツ にんじん もやし	
		かぼちゃのコンソメスープ			チキンハム		かぼちゃ にんじん たまねぎ	
8 (水)	ごはん	サーモンバーグのおろしかけ	でんぷん さとう		サーモン たら	(528)		
		([食]メンチカツ)	さとう でんぷん		とりにく ぶたにく		だいこん たまねぎ おおば	
		ごもく 五目きんぴら	さとう しらたき		牛乳		キャベツ しょうが	
		さつま汁			まぐろ		ごぼう にんじん いんげん	
9 (木)	ごはん	わふう 和風コロッケ	じゃがいも こむぎこ でんぷん ばんこ あぶら			(530)		
		([食]鶏豚ハンバーグ)	こむぎこ さとう ばんこ でんぷん		牛乳		ぶたにく とりにく	たまねぎ
		野菜の煮びたし	さとう				あぶらあげ([食]後期IIまで)	はくさい にんじん もやし こまつな
		だいこん 大根のみそ汁	さとう				みそ	はくさい だいこん ねぎ
10 (金)	ミートボールカレー(ごはん)		こむぎこ でんぷん ばんこ あぶら じゃがいも		ぎゅうにく ぶたにく とりにく	(625)		
	白菜のサラダ		ごまあぶら さとう		牛乳		たまねぎ にんじん セロリー にんにく トマト	
13 (月)	ごはん	あげだし豆腐	でんぷん あぶら		とうふ	(499)		
		([食]豆腐のうま煮)	さとう		牛乳		たまねぎ しいたけ にんじん	
		わかなあ 若菜和え					たまねぎ しいたけ にんじん	
		なめこ汁			ミックスみそ		だいこん にんじん はくさい ゆかりこ ももかぶ わかな	

日本で食べられている豆



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	ち にく ほね は 血・肉・骨・歯になる	からだ ちようし とどの 体の調子を整える	備考 (エネルギー)		
	主食	副食(おかず)	はたら べつ いろ ぐん ぎん (働き別の色区分:黄群)	はたら べつ いろ ぐん あかぐん (働き別の色区分:赤群)	はたら べつ いろ ぐん みどりぐん (働き別の色区分:緑群)			
14 (火)	ごはん	パンプキンハートコロッケ	でんぷん ばんこ あぶら		とりにく	かぼちゃ	(588)	
		キャベツと竹輪のサラダ	おしむき もちむき あかまい さとう マヨネーズふうちようみりよ う	牛乳	ちくわ だいず えんどう あずき	キャベツ		
		ミネストローネ	じゃがいも		だいず ぶたにく	たまねぎ キャベツ セロリー トマト		
15 (水)	ごはん	しそ入り鶏春巻き	はるさめ でんぷん 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	(551)	
		([食]しゅうまい)	でんぷん ばんこ こむぎこ		ぶたにく とりにく	たまねぎ		
		白菜の中華あえ	さとう ごまあぶら			はくさい ほうれんそう もやし にんじ ん ごま		
		豆腐汁			とうふ	だいこん はくさい えのきたけ にんじ ん ねぎ		
16 (木)	ごはん	きつねうどん(白玉うどん)	さとう でんぷん		あぶらあげ([食]後期Ⅱまで)	はくさい ほうれんそう ごぼう にんじ ん ねぎ	(504)	
		蓮根サンドフライ	こむぎこ ばんこ でんぷん あぶら	牛乳	とりにく	れんこん しいたけ たまねぎ		
		([食]平つくね)	でんぷん さとう		とりにく ぶたにく	キャベツ しょうが		
17 (金)	ごはん	なすのみそメンチカツ	さとう でんぷん あぶら		とりにく	なす たまねぎ	(605)	
		肉じゃが	じゃがいも さとう	牛乳	ぶたにく	たまねぎ にんじん いんげん		
		のっぺい汁	しらたき でんぷん		とうふ わかめ	ごぼう にんじん ねぎ しいたけ		
20 (月)	ごはん	ビッグ肉だんご	さとう ばんこ でんぷん あぶら		とりにく ぶたにく	たまねぎ しょうが ごま	(537)	
		煮味噌	さとう さとも	牛乳	ちくわ みそ	にんじん だいこん		
		かきたま汁	でんぷん		たまご([ア]→除去) とうふ	ほうれんそう えのきたけ ねぎ		
21 (火)	ごはん	牛丼(ごはん)	しらたき でんぷん		ぎゅうにく とうふ	はくさい にんじん たまねぎ えのきた け ごぼう しょうが	(653)	
		スクールコロッケ	じゃがいも こむぎこ さとう ばんこ あぶら	牛乳	ぶたにく ぎゅうにく	たまねぎ にんじん パセリ		
		ほうれん草のごま和え	さとう			はくさい にんじん ほうれんそう ごま		
22 (水)	ごはん	宗田かつおのおかか煮	さとう でんぷん		かつお	しょうが	(534)	
		大豆とひじきの煮物	さとう		牛乳	だいず まぐろ ひじき		にんじん コーン
		豚汁			ぶたにく みそ とうふ	ごぼう ねぎ にんじん		
24 (金)	ごはん	ホキフライのおろしポン酢	こめこ でんぷん あぶら		ホキ	だいこん	(512)	
		春雨サラダ	さとう はるさめ ごまあぶら	牛乳	チキンハム	キャベツ もやし にんじん ごま		
		中華スープ	でんぷん		たまご([ア]→除去) わかめ	たまねぎ コーン えのきたけ		
27 (月)	ごはん	五目うどん(白玉うどん)	でんぷん		あぶらあげ([食]後期Ⅱまで) とりにく	ごぼう ほうれんそう しいたけ にんじ ん ねぎ	(547)	
		ツナサラダ	おしむき もちむき あかまい さとう マヨネーズふうちようみりよ う	牛乳	まぐろ だいず えんどう あずき	キャベツ にんじん		
28 (火)	ごはん	かぼちゃのひき肉フライ	みずあめ こむぎこ ばんこ あぶら		ぶたにく	かぼちゃ たまねぎ	(527)	
		青菜のゆかり和え		牛乳		はくさい にんじん キャベツ ゆかりこ		
		根菜のみそ汁	やきふ でんぷん		あぶらあげ([食]後期Ⅱまで) みそ	ごぼう れんこん だいこん 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 [ア] → アレルギー対応】

1人あたりの	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
月平均栄養価	kcal	g	g	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g	g
(小学部高学年)	555	20.3	17.1	338	2.0	222	0.47	0.48	24	3.7	2.1

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