



れい わ ねん ど がつ
令和6年度10月

がっこうきゅうしよくこんだてよていひょう
学校給食献立予定表



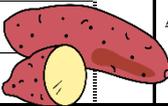
給食回数21回
愛知県立一宮特別支援学校

こんげつ
今月の
きゅうしよくひょう
給食目標

たべものばたらきをしる ・ こんだてひょうの3つのまなはたらきを見て給食のバランスをしる
すき嫌ひなく食べるように心がける

エネルギーは小学部
高学年の数値です。

日 に ち	しゅしょく 主食	ふくしょく 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	ち、にく、ほね、は 血・肉・骨・菌になる	からだ、ちようし、びとの 体の調子を整える	備 考 (エネルギー)
			はたらべつ、いろくぶん、き、ぐん (働き別の色区分:黄 群)	はたらべつ、いろくぶん、あか、ぐん (働き別の色区分:赤 群)	はたらべつ、いろくぶん、みどり、ぐん (働き別の色区分:緑 群)	
1 (火)	ぎゅうどん 牛丼(ごはん)	さとう しらたき	牛乳	ぎゅうにく、いとこまぼこ(【ア】→除去) やきとうふ	たまねぎ にんじん キャベツ えのきたけ ごぼう	(652)
		スクールクロック		ぶたにく、ぎゅうにく	たまねぎ パセリ	
		しおこんぶあ 塩昆布和え		こんぶ	キャベツ にんじん きゅうり	
2 (水)	ごはん	ばんこ でんぶん さとう あぶら	牛乳	とりにく	たまねぎ ごま	(538)
		ほうれん草ともやしの和え物		エッグケアー(卵不使用)	ほうれんそう えのきたけ にんじん もやし	
		だいこん 大根のみそ汁		あぶらあげ(【食】後期Ⅱまで) あかみそ	だいこん ねぎ なめこ	
3 (木)	ごはん	こむぎこ ばんこ あぶら てんぶん みずあめ	牛乳	ぶたにく	かぼちゃ	(529)
		わかなあ 若菜和え		あぶらあげ(【食】後期Ⅱまで)とうふ	だいこん にんじん きゅうり わかな ゆかりこ	
		豆腐の澄まし汁		だいこん たまねぎ ねぎ		
4 (金)	ちやんぱん麺(中華麺)	あぶら こむぎこ	牛乳	ぶたにく、いとこまぼこ(【ア】→除去) ちくわ	にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ コーン たけのこ	(608)
		ちくわの磯辺揚げ		ぶたにく、ぎゅうにく	あおりのり	
		(食)スクールクロック		ぎゅうにく、ぶたにく、とりにく	たまねぎ にんじん パセリ	
7 (月)	ごはん	てんぶん こむぎこ さとう ばんこ	牛乳	ぎゅうにく、ぶたにく、とりにく	えのきたけ だいこん なめこ	(600)
		きゅうりの酢のもの		わかめ	きゅうり にんじん もやし	
		かぼちゃのみそ汁		あかみそ あつあげ(【食】後期Ⅱまで)	かぼちゃ なす ねぎ えのきたけ	
8 (火)	ごはん	はるさめ でんぶん こむぎこ あぶら みずあめ	牛乳	とりにく	しそ	(579)
		(食)チキンボール		とりにく	たまねぎ	
		はるさめ 春雨サラダ		チキンハム	もやし きゅうり	
		ちゅうかふう 中華風コーンスープ		とうふ、たまご(【ア】→除去)	たまねぎ えのきたけ にんじん コーン ねぎ	
9 (水)	わかめ ごはん	さとう	牛乳	さば みそ		(575)
		ひじきの炒り煮		ひじき だいず まぐろ(【ア】→除去) あかみそ	にんじん コーン	
		なめこ汁			なめこ はくさい ねぎ	
10 (木)	ごはん	てんぶん ばんこ こむぎこ さとう あぶら	牛乳	ぶたにく、ぎゅうにく	キャベツ たまねぎ	(528)
		ゆかり和え			キャベツ にんじん きゅうり ゆかりこ	
		さつま汁		とりにく、とうふ	しめじ ごぼう だいこん ねぎ	
15 (火)	ごはん	てんぶん ばんこ こむぎこ さとう あぶら	牛乳	ぶたにく、とりにく	たまねぎ にんじん しめじ なす トマト ズッキーニ あかピーマン きピーマン	(666)
		マカロニサラダ		まぐろ(【ア】→除去) エッグケアー(卵不使用)	ブロッコリー にんじん	
		コンソメスープ			キャベツ にんじん たまねぎ	
16 (水)	ごはん	こむぎこ ばんこ あぶら	牛乳	ぶたにく、あかみそ		(545)
		キャベツの甘酢和え		あぶらあげ(【食】後期Ⅱまで) とうふ	キャベツ だいこん にんじん コーン	
		けんちん汁		しいたけ ごぼう だいこん にんじん ねぎ		
17 (木)	ごはん	さとう でんぶん	牛乳	かつお	しょうが	(566)
		きりば だいこん にももの 切干し大根の煮物		ぶらあげ(【食】後期Ⅱまで)	だいこん にんじん しいたけ	
		なすのみそ汁		あつあげ(【食】後期Ⅱまで) あかみそ	えのきたけ なす たまねぎ ねぎ	

日 に ち	しゅよく 主食	ぶくよく 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	ち にく ほね は 血・肉・骨・歯になる	からだ ちょうし ととの 体の調子を整える	備 考 (エネルギー)	
			はたら べつ いろくぶん き ぐん (働き別の色区分:黄 群)	はたら べつ いろくぶん あか ぐん (働き別の色区分:赤 群)	はたら べつ いろくぶん みどり ぐん (働き別の色区分:緑 群)		
18 (金)	ごはん	こんさい 根菜コロッケ	あぶら こめこ さとう でんぷん じゃがいも	牛乳	れんこん だいこん ごぼう にんじん	(521)	
		しよく (食)スクールコロッケ	じゃがいも ばんこ こむぎこ でんぷん		ぶたにく ぎゅうにく		たまねぎ パセリ
		やさい ばいにくあ 野菜の梅肉和え			はくさい にんじん もやし きゅうり うめ		
		ごぼうのみそ汁			あかみそ  かぼちゃ ごぼう なめこ ねぎ		
21 (月)	げんまい 玄米 ごはん	にくだんご ビッグ肉団子	あぶら さとう ばんこ さとう でんぷん	牛乳	とりにく ぶたにく	たまねぎ しょうが とまと	
		やさいいた 野菜炒め	あぶら		ぶたにく	キャベツ もやし にんじん たまねぎ	
		こまつな 小松菜のみそ汁			とうふ しろみそ	なめこ ねぎ こまつな	
22 (火)	ごはん	しろみさかな 白身魚フライ	ばんこ でんぷん あぶら こむぎこ	牛乳	ホキ 	(480)	
		あおな 青菜のきのこ和え	さとう				ほうれんそう にんじん キャベツ なめたけ こまつな
		わかめスープ			わかめ		ねぎ しいたけ もやし
23 (水)	みそ 味噌 ごはん	味噌ミートソース(ソフトめん)		牛乳	ぎゅうにく ぶたにく みそ	にんじん たまねぎ しめじ なす にんにく トマト	
		えだまめ 枝豆コロッケ	じゃがいも でんぷん さとう あぶら			たまねぎ えだまめ	
		しよく (食)スクールコロッケ	こむぎこ ばんこ あぶら じゃがい も		ぶたにく ぎゅうにく	たまねぎ パセリ	
24 (木)	ごはん	コーンサラダ	じゃがいも		エッグケアー(卵不使用)	にんじん ブロッコリー きゅうり コーン	
		ちキンカツレモンソース	あぶら さとう ばんこ こむぎこ でんぷん	牛乳	とりにく	レモン	
		やさい ちゅうかいた 野菜の中華炒め	ごまあぶら			たまねぎ もやし にんじん キャベツ くり しいたけ	
ちゅうか 中華スープ	でんぷん	いとかまぼこ(【ア】→除去)	たまねぎ えのきたけ にんじん コーン				
25 (金)	おむぎ 小麦 ごはん	カレーライス(麦ごはん)	じゃがいも	(ミ ル ヤ メ ラ メ ク)	ぎゅうにく	たまねぎ にんじん セロリ にんにく トマト	
		ハンバーグ	こむぎこ ばんこ でんぷん		ぶたにく とりにく	たまねぎ トマト 	
		そくせき 即席漬け				キャベツ きゅうり だいこん	
28 (月)	ごはん	かつおフライ	ばんこ でんぷん あぶら	牛乳	かつお	(514)	
		キャベツのサラダ	さとう ごまあぶら				ズッキーニ あかピーマン きピーマン な す キャベツ
		コーンスープ			チキンハム		コーン たまねぎ にんじん
29 (火)	ごはん	れんこん 蓮根サンドフライ	でんぷん	牛乳	とりにく ぶたにく	たまねぎ おおば れんこん 	
		しよく (食)しゅうまい	でんぷん こむぎこ あぶら		ぶたにく	キャベツ たまねぎ にんにく	
		にく 肉じゃが	さとう じゃがいも		ぶたにく	にんじん たまねぎ グリンピース	
		こんさい 根菜のみそ汁			あぶらあげ(【食】後期IIまで) しろみそ	ごぼう だいこん ねぎ	
30 (水)	ごはん	あいちけんさんしよくざい にくだんご 愛知県産食材入り肉団子	ばんこ でんぷん あぶら	牛乳	とりにく だいず ぶたにく	たまねぎ れんこん	
		ツナサラダ	さとう さつまいも 		まぐろ(【ア】→除去)	にんじん キャベツ ブロッコリー	
		たま 玉ねぎのスープ				コーン たまねぎ にんじん ほうれんそ う	
31 (木)	ごはん	パンプキンハートコロッケ	ばんこ でんぷん あぶら	牛乳	とりにく 	かぼちゃ	
		もやしのナムル	さとう ごまあぶら			もやし きゅうり にんじん にんにく	
		ミネストローネ	じゃがいも		ぶたにく だいず	たまねぎ セロリ キャベツ トマト	

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
	560	20.2	17.2	311	2.3	247	0.49	0.47	24	4.5	2.0

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