



れ い わ ね ん ど が つ
令和7年度10月

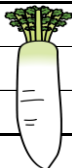
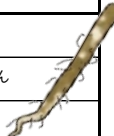
が っ こ う き ゅ う し ゚ ゅ く こ ん だ て よ て い ひ ゃ う
学校給食献立予定表



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 きゅうしよくめくひょう 給食目標	た も の はたら し 食べ物 の 働きを知る ・好き嫌いなく食べるように心がける	こんだて ひょう 献立表の3つの主なはたらきを見て給食のバランスを知る
------------------------------------	---	--

日 に ち	しゅしよく 主食	ふくしよく 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 (はたらべつ いそくぶん き 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 いそくぶん あか ぐん (働き別の色区分:赤 群)	からだ ちょうし ととの 体の調子を整える (はたらべつ いそくぶん むどり ぐん (働き別の色区分:緑 群)	備 考 (エネルギー)
1 (水)	ごはん	すき焼き風煮 即席漬け じゃが芋の味噌汁	さとう しらたき じゃがいも	牛乳 ぶたにく とうふ いとこまぼこ(【ア】→除去) あぶらあげ(【食】後期Ⅱまで) あかみそ	たまねぎ にんじん キャベツ えのきたけ ごぼう キャベツ もやし だいこん たまねぎ	(672) エネルギーは小学部 高学年の数値です。
2 (木)	ごはん	和風ハンバーグ キャベツともやしの和え物 大根のみそ汁	でんぶん さとう	牛乳 とりにく ぶたにく エッグケアー(卵不使用) あぶらあげ(【食】後期Ⅱまで) あかみそ	たまねぎ だいこん キャベツ えのきたけ にんじん もやし だいこん ねぎ なめこ	(600)
3 (金)	ごはん	根菜コロッケ ([食]スクールコロッケ) 塩昆布和え 豆腐の澄まし汁	こめこ さとう あぶら でんぶん じゃがいも じゃがいも ばんこ こむぎこ でんぶん さとう	牛乳 ぶたにく ぶたにく ぎゅうにく あぶらあげ(【食】後期Ⅱまで) とうふ	れんこん だいこん にんじん ごぼう たまねぎ パセリ キャベツ にんじん もやし こんぶ ほうれんそう だいこん たまねぎ ねぎ	(522)
6 (月)	ごはん	豆腐ステーキの肉味噌あん もやしの酢の物 ごぼうの味噌汁	でんぶん さとう さとう	牛乳 とうふ たら ひじき みそ とりにく わかめ みそ あぶらあげ(【食】後期Ⅱまで)	キャベツ にんじん ほうれんそう たまねぎ しょうが キャベツ にんじん もやし ごぼう なめこ ねぎ	(566)
7 (火)	ごはん	しそ入り鶏春巻き ([食]しゅうまい) 春雨サラダ 中華風コーンスープ	はるさめ でんぶん こむぎこ あぶら みずあめ こむぎこ ばんこ でんぶん はるさめ ごまあぶら さとう でんぶん	牛乳 とりにく ぶたにく とりにく とうふ たまご(【ア】→除去)	しそ たまねぎ もやし キャベツ たまねぎ えのきたけ にんじん コーン ねぎ	(554)
8 (水)	ごはん	ビッグ肉団子 チーズサラダ たまねぎのスープ	でんぶん さとう ごまあぶら パンこ さとう	牛乳 ぶたにく とりにく チーズ→乳×→除去	たまねぎ しょうが キャベツ にんじん コーン たまねぎ にんじん ほうれんそう	(508)
9 (木)	わかめ ごはん	キャベツ入りメンチカツ ゆかり和え さつま汁	でんぶん あぶら さとう さとう さといも ごまあぶら	牛乳 とりにく とうふ	キャベツ たまねぎ キャベツ にんじん ブロッコリー ゆかりこ なめこ ごぼう ねぎ だいこん	(574)
14 (火)	ごはん	かつおカツ 切り干し大根の煮物 けんちん汁	でんぶん パンこ あぶら さとう さといも ごまあぶら	牛乳 かつお あぶらあげ(【食】後期Ⅱまで) とうふ あつあげ(【食】後期Ⅱまで)	しめじ にんじん だいこん しいたけ しめじ ごぼう だいこん ねぎ	(586)
15 (水)	ごはん	肉団子の和風トマト煮 ひじきとキャベツのサラダ 野菜スープ	さとう じゃがいも さとう	牛乳 ぶたにく とりにく ひじき ささみ エッグケアー(卵不使用) あかみそ 生揚げ	たまねぎ にんじん しめじ なす キャベツ にんじん もやし レモン だいこん しいたけ ねぎ たまねぎ	(619)
16 (木)	ごはん	チャンチャン焼き マカロニサラダ 里芋の味噌汁	さとう じゃがいも マカロニ さといも	牛乳 さげ→魚×→除去 みそ エッグケアー(卵不使用) ささみ	キャベツ にんじん もやし しめじ ねぎ にんじん キャベツ もやし ごま だいこん だいこん ねぎ えのきたけ	(585)

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	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)	
			はたら べつ いろくぶん き (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)		
17 (金)	ごはん	わふう 和風コロッケ	こめこ てんぷん じゃがいも あぶら さとう	牛乳	ぶたにく ぎゅうにく	れんこん にんじん	(512)
		([食]ポテコロッケ)	じゃがいも パンこ こむぎこ でんぷん さとう		ぶたにく とりにく 	たまねぎ にんじん パセリ	
		やさしい ばいにく あ 野菜の梅肉和え				キャベツ にんじん もやし うめ	
		こまつな みそしる 小松菜の味噌汁			どうふ みそ	こまつな なめこ ねぎ	
20 (月)	ごはん	かばちやひき肉フライ	でんぷん こむぎこ あぶら パンこ みずあめ	牛乳	ぶたにく	かぼちゃ	(537)
		やさしい ばいにく あ 野菜炒め	あぶら こむぎこ			キャベツ にんじん たまねぎ もやし	
		あつあつ みそしる 厚揚げの味噌汁			みそ あつあげ([食]後期Ⅱまで)	えのきたけ ねぎ	
21 (火)	ごはん	ちくわ いそべ あ 竹輪の磯辺揚げ	こむぎこ あぶら	牛乳	ちくわ 	あおのり	(517)
		([食]【ア】チキンボール)	でんぷん		とりにく	たまねぎ	
		こもく 五目きんぴら	さとう しらたき		ぶたにく	にんじん ごぼう いんげん	
		ふ みそしる 麴の味噌汁	やしふ		どうふ みそ わかめ	ねぎ	
22 (水)	みそ 味噌ミートソース(ソフトめん)	こめこ 米粉コロッケ	じゃがいも こめこ てんぷん さとう あぶら	牛乳	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	(607)
		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 コーン 	
23 (木)	ごはん	ハンバーグキノコあんかけ	でんぷん 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	(579)
		きゅうりの酢のもの	さとう		わかめ	きゅうり にんじん もやし	
		だいこん しる 大根のみそ汁			あつあげ([食]後期Ⅱまで)	だいこん なす ねぎ	
24 (金)	ごはん	あんかけしゅうまい	でんぷん さとう	牛乳	ぶたにく だいず	たまねぎ にんじん	(489)
		ちゅうか 中華サラダ	ごまあぶら		わかめ	キャベツ にんじん もやし	
		はるさめ 春雨スープ	はるさめ			たまねぎ にんじん ねぎ	
27 (月)	ごはん	れんこん 蓮根サンドフライ	パンこ てんぷん こむぎこ あぶら	牛乳	とりにく	たまねぎ しいたけ れんこん	(500)
		([食]ハンバーグ)	こむぎこ パンこ てんぷん さとう		ぶたにく とりにく	たまねぎ	
		にく 肉じゃが	じゃがいも		ぶたにく	たまねぎ にんじん いんげん	
		こんさい みそしる 根菜の味噌汁			みそ	ごぼう なめこ ねぎ だいこん	
28 (火)	ごはん	ぶりキャベツカツ	パンこ	牛乳	ぶり	キャベツ 	(540)
		ひじきの炒り煮	ごまあぶら さとう		ひじき だいず あつあげ([食]後期Ⅱまで)	にんじん コーン	
		なめこ汁			どうふ みそ	こまつな なめこ ねぎ	
29 (水)	ごはん	みぞれかけヘルシーバーグ	でんぷん こめこ さとう	牛乳	だいず とりにく 	だいこん	(612)
		もやしのナムル			ぶたにく ぎゅうにく	キャベツ にんじん もやし	
		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 トマト	
30 (木)	ごはん	なすの味噌メンチカツ	でんぷん さとう あぶら	牛乳	みそ とりにく 	なす たまねぎ	(599)
		さといも にもの 里芋の煮物	さといも		あつあげ([食]後期Ⅱまで)	にんじん ごぼう いんげん	
		どうふ みそしる 豆腐の味噌汁			どうふ みそ	だいこん たまねぎ ねぎ 	
31 (金)	カレーライス(ごはん)	じゃがいも		牛乳	ぶたにく	たまねぎ にんじん セロリ トマト にんにく	(640)
		はんぺんフライ	あぶら パンこ てんぷん		はんぺん		
		キャベツのサラダ				キャベツ にんじん もやし カリフラワー	

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	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 (小学部高学年)	kcal	g	g	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g	g
	567	20.3	18.3	327	2.1	198	0.50	0.46	21	4.7	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