



令和8年3月分 学校給食献立予定表



給食回数11回
愛知県立一宮特別支援学校

今月の給食の目標
・食事にふさわしい環境を作る。
・ゆとりある落ち着いた雰囲気です。

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月	ハヤシライス(ごはん)		オリーブあぶら		ぎゅうにく	にんじん トマト たまねぎ しめじ	(596)	エネルギーは小学部高学年の数値です。	
	花型ハンバーグ		さとう		牛乳	とりにく ぶたにく			たまねぎ トマト にんにく しょうが
	即席漬け								はくさい きゅうり だいこん
3月(火)	鶏の唐揚げレモンソース		でんぷん さとう あぶら		とりにく	レモン	(623)		
	ほうれん草のごま和え		さとう ごま		牛乳	ほうれん草 にんじん はくさい			
	大根のみそ汁				あぶらあげ([食]後期Ⅱまで) ミックスみそ	だいこん ごぼう キャベツ えのき			
	お祝いいちごデザート		さとう みずあめ		どうにゅう	いちご			
4月(水)	<p style="text-align: center;"> 中学部・高等部 卒業式 </p>								
5月(木)	けんちんしのだ煮		さとう		とうふ、あぶらあげ たらひじき	にんじん	(576)		
	【食】豆腐のうま煮		さとう		とうふ	たまねぎ にんじん しいたけ			
	ブロッコリーの炒め物		ごまあぶら		チキンハム	ブロッコリー キャベツ とうもろこし			
	玉ねぎのみそ汁				とうふ、あかみそ あぶらあげ([食]後期Ⅱまで)	だいこん たまねぎ ねぎ			
6月(金)	スクールコロッケ		じゃがいも ばんこ さとう こむぎこ		ぶたにく ぎゅうにく	たまねぎ にんじん パセリ	(624)		
	煮味噌		さとう		牛乳	とりにく あつあげ[食]とうふ ちくわ あかみそ			にんじん だいこん
	けんちん汁		さといも ごまあぶら		とうふ	しめじ ごぼう だいこん ねぎ			
9月	中華あんかけ(ソフトめん)		でんぷん ごまあぶら		とりにく	にんじん はくさい しいたけ たけのこ たまねぎ ねぎ	(580)		
	あんかけ揚げぎょうざ		ばんこ でんぷん さとう こむぎこ		牛乳	ぶたにく			キャベツ たまねぎ にら にんにく
	中華あえ		さとう ごまあぶら			チンゲンサイ キャベツ もやし とうもろこし			
10月(火)	<p style="text-align: center;"> 幼稚部修了式・小学部卒業式 </p>								
11月(水)	いわしの梅煮		さとう でんぷん		いわし	うめぼし あかしそ	(530)		
	関東煮		さといも さとう			あつあげ[食]とうふ			にんじん だいこん
	白みそ汁		じゃがいも			あぶらあげ([食]後期Ⅱまで) しろみそ			こまつな たまねぎ ねぎ なめこ
12月(木)	かぼちゃひき肉フライ		さとう でんぷん こむぎこ ばんこ あぶら		ぶたにく	かぼちゃ たまねぎ	(537)		
	塩昆布あえ				牛乳	しおこんぶ([食]除去)			にんじん はくさい きゅうり
	生揚げのみそ汁					あつあげ[食]とうふ、あかみそ			はくさい えのき 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)	(働き別の色区分:黄群)	(働き別の色区分:赤群)	(働き別の色区分:緑群)		
13 (金)		チーズ風ソースインハンバーグ	さとう あぶら		とりにく ぶたにく	たまねぎ トマト にんにく しょうが	(546)
	ごはん	豚肉ともやしの生姜炒め	さとう あぶら	牛乳	ぶたにく	たまねぎ もやし しょうが	
		のっぺい汁	さとも てんぷん			にんじん ごぼう だいこん ねぎ こんにゃく なめこ	
16 (月)		チキンカレーライス	じゃがいも あぶら		とりにく	にんじん トマト たまねぎ セロリー にんにく	(669)
	ごはん	白はんぺんフライ	あぶら ばんこ みずあめ	牛乳	さかのすりみ たまご		
		大根の梅肉サラダ	さとう ごまあぶら		わかめ	だいこん きゅうり もやし レモン うめぼし	
17 (火)		なすみそメンチカツ	ばんこ さとう てんぷん こむぎこ あぶら		ぶたにく みそ	たまねぎ なす	(584)
	ごはん	白菜の煮びたし	さとう	牛乳	あぶらあげ([食]後期Ⅱまで)	にんじん はくさい えのき	
		麩のすまし汁	やきふ さとも てんぷん			だいこん しめじ ねぎ	
18 (水)		ビッグ肉だんご	ばんこ さとう ごまあぶら		とりにく ぶたにく	たまねぎ トマト しょうが	(507)
	ごはん	若菜和え		牛乳		にんじん だいこん きゅうり なめしこ	
		なめこ汁			あつあげ[食]とうふ、あかみそ	はくさい ねぎ なめこ	

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]→食形應食】

※主食(ごはん・めん)は、黄群に分類されます

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
	579	21.9	19.0	353	2.6	197	0.50	0.48	27	4.1	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

1年をふりかえろう! 給食チェックめいろ

- めいろのルール
- ①すべての質問に答えられるよう、道を探して進むこと。
 - ②同じ道を通らないこと。
 - ③ゴールしたら、答えの合計得点を計算すること。

スタート

Q. 給食の前しっかり手を洗いましたか? (5点)

Q. 食事のあいざつができましたか? (5点)

Q. 好き嫌いなく食べられましたか? (5点)

Q. 給食当番を協力してできましたか? (5点)

Q. よくかんで食べることができましたか? (5点)

Q. おはしを使って上手に食べることができましたか? (5点)

Q. いろいろな食べ物を知ることができましたか? (5点)

Q. 給食時間を楽しめましたか? (5点)

ゴール

- 🌸 35点~40点...よくがんばりました!
すばらしいです! 1年間、給食の時間をとても大切にすごしましたね。これからも、おいしく楽しく、みんなのお手本になれるあなたに期待しています。
- 😊 25点~34点...よくできました!
がんばりましたね。給食の時間に大切なことをたくさんできるようになりました。次は、もう少しがんばれるところを履して、挑戦してみましょう。
- 😊 15点~24点...もう少しがんばろう!
給食の時間、楽しんでいますか? 次は、「これだけはがんばろう!」というところを一つ決めて、取り組んでみましょう。
- 😞 0点~14点...もっとがんばろう!
できなかったこと、楽しめなかったことなど、先生やお友達に相談しながら、一つずつできるようにしていきましょう。きっと、もっと楽しい給食の時間にできますよ!

