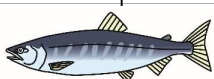




令和8年度10月分学校給食予定献立表

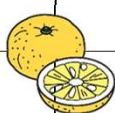
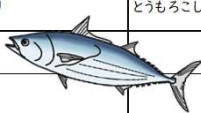


給食回数 20回
愛知県立一宮特別支援学校

日 曜	献立名	主な材料とその働き						備考 (エネルギー)
		赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる		
		1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 米・パン・めん・いも・砂糖	6群 油脂・種実	
1 木	中華めん 牛乳		ぎゅうにゅう			ちゅうかめん		(554)
	味噌ラーメン	ぶたにく みそ			たまねぎ たけのこ はくさい ねぎ とうもろこし にんにく しょうが		ごま	
	おからしゅうまい	ぶたにく おから	おくらは 一宮市産です！		たまねぎ	こむぎこ でんぶん さとう	なたねあぶら	
	おくらの中華あえ			オクラ にんじん	きゅうり もやし	さとう	ごまあぶら	
2 金	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん		(587)
	あんかけ揚げ出し豆腐	あげだしとうふ		にんじん	たまねぎ しいたけ 	さとう でんぶん	あぶら	
	〔食〕豆腐のあんかけ煮	とうふ		にんじん	たまねぎ しいたけ	さとう でんぶん	あぶら	
	ブロッコリーのおひたし	ささみオイルづけ		ブロッコリー にんじん	キャベツ	さとう		
	豚汁	ぶたにく とうふ あかみそ			しょうが ごぼう だいこん ねぎ	さといも		
5 月	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん		(564)
	いわしの梅煮	いわし 			しそ	さとう でんぶん		
	ほうれん草ともやしのあえもの			ほうれんそう にんじん	えのき もやし		マヨネーズふう ちょうみりよう	
	なまあげのみそ汁	なまあげ〔食〕→とうふ あかみそ	わかめ		だいこん たまねぎ			
6 火	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん		(519)
	五目入り根菜コロッケ			にんじん	れんこん きりぼしだいこん ごぼう だいこん	じゃがいも さとう こめこ こめこパンこ	あぶら	
	〔食〕米粉のコロッケ	ぶたにく ぎゅうにく		にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも さとう こめこ こめこパンこ		
	若菜あえ			にんじん だいこな	だいこん きゅうり			
	けんちん汁	とうふ			しめじ ごぼう だいこん ねぎ	さといも	ごまあぶら	
7 水	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん		(550)
	ハンバーグのきのこあんかけ	とりにく ぶたにく			しめじ たまねぎ 	さとう でんぶん	とし	
	キャベツとベーコンのソテー	ベーコン〔食〕→チキンハム			キャベツ とうもろこし		あぶら	
	コンソメスープ			にんじん	たまねぎ だいこん	じゃがいも		
8 木	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん		(548)
	さけの野菜カツ	さけ 			たまねぎ キャベツ	パンこ こむぎこ さとう	あぶら マヨネーズ	
	ゆかりあえ			にんじん	キャベツ きゅうり あかしそ			
	かぼちゃのみそ汁	とうふ ミックスみそ		かぼちゃ 	たまねぎ えのきたけ			
13 火	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん		(569)
	唐揚げの香味ソースかけ	とりにく			レモン しょうが ねぎ	でんぶん さとう	あぶら オリーブあぶら	
	もやしのナムル			ほうれんそう にんじん	もやし	さとう	ごまあぶら	
	なすのみそ汁	なまあげ〔食〕→とうふ しろみそ			なす えのきたけ			
14 水	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん		(565)
	メルルーサのみそマヨ焼き	メルルーサ あかみそ				こむぎこ さとう	ごまあぶら マヨネーズふう ちょうみりよう	
	白菜の煮びたし			にんじん	はくさい しめじ 	さとう		
	ふのすまし汁		わかめ		だいこん えのき ねぎ	やきふ、でんぶん		
15 木	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん		(518)
	オムレツ	たまご 				さとう でんぶん		
	じゃがいものスパイシー煮	とりにく		にんじん トマト	たまねぎ しめじ にんにく	じゃがいも さとう	あぶら	
	トマトスープ	だいず		トマト	たまねぎ キャベツ セロリー	さとう		
16 金	ソフトめん 牛乳		ぎゅうにゅう			ソフトめん		(673)
	おぼろみそめん	ぶたにく あかみそ だいずミート〔食〕→だいず		にんじん	しょうが にんにく たまねぎ ねぎ グリンピース	さとう でんぶん	ごまあぶら	
	とうふナゲット	とうふ ぎょにく とうにゅう				さとう こむぎこ さとう		
	こまつなごまあえ			こまつな にんじん	はくさい	さとう	ごま	

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】

日	曜	献立名	主な材料とその働き						備考 (エネルギー)		
			赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる				
			1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 米・パン・めん・いも・砂糖	6群 油脂・種実			
19	月	ごはん 牛乳	あいちを 食べる学校給食の日 		ぎゅうにゅう				ごはん		(611)
		さつまいもコロッケ						さつまいも パンこ さとう こむぎこ	あぶら		
		煮みそ			ぶたにく あかみそ	にんじん	だいこん	じゃがいも さとう			
		愛知のしらすつみれ汁			つみれ(ぎょにく、しらす)	わかめ	みつば	えのきたけ			
20	火	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				ごはん			(592)
		さんまのみぞれ煮	さんま			だいこん	さとう でんぶん				
		ひじきの炒り煮	だいず あぶらあげ(〔食〕後期Ⅱまで)	ひじき	にんじん	とうもろこし	さとう				
		小松菜のみそ汁	なまあげ(〔食〕→とうふ) あかみそ		こまつな	はくさい ねぎ					
21	水	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				ごはん			(525)
		ちくわの磯辺揚げ	ちくわ	あおのり			こむぎこ	あぶら			
		〔食〕キャベツ入りメンチカツ	ぎゅうにく ぶたにく		キャベツ たまねぎ	パンこ さとう こむぎこ でんぶん	あぶら				
		即席漬け			はくさい きゅうり だいこん						
22	木	ちゃんこ汁	とりにく とうふ ミックスみそ			キャベツ たまねぎ えのきたけ こんにゃく				(648)	
		麦ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			むぎごはん				
		ハヤシライス	ぶたにく		にんじん トマト	たまねぎ しめじ		オリーブあぶら			
		ポテトサラダ	ささみオイルづけ		にんじん	きゅうり	じゃがいも	マヨネーズふう ちようみりよう			
23	金	りんごゼリー				りんご	さとう				(508)
		ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん				
		ホキのおろしかけ	ホキ 			だいこん	でんぶん さとう				
		ほうれん草のごまあえ			ほうれんそう にんじん	はくさい	さとう	ごま			
26	月	さといものみそ汁	なまあげ(〔食〕→とうふ) あかみそ			しめじ ねぎ	さといも				(551)
		わかめごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			わかめごはん				
		鶏肉のごまダレかけ	とりにく さいきょうみそ ミックスみそ			しょうが	でんぶん さとう	ごま			
		塩昆布あえ		しおこんぶ(〔食〕除去)	にんじん	はくさい きゅうり					
27	火	白みそ汁	とうふ しろみそ あぶらあげ(〔食〕後期Ⅱまで)			だいこん えのきたけ					(537)
		ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん				
		さばのゆずみそ煮	さば みそ			ゆず	さとう こめこ				
		五目きんぴら	とりにく		にんじん	ごぼう いとこんにゃく	さとう	あぶら			
28	水	のっぺい汁			にんじん	ねぎ しいたけ だいこん	さといも でんぶん				(538)
		ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん				
		ビック肉だんご	とりにく ぶたにく		トマト	たまねぎ しょうが	パンこ	とんし あぶら			
		きゅうりのサラダ	ささみオイルづけ	わかめ	にんじん	だいこん きゅうり レモンかじゅう	さとう	ごまあぶら			
29	木	コーンスープ	ベーコン(〔食〕→チキンハム)	ぎゅうにゅう	パセリ	とうもろこし たまねぎ エリンギ	コーンクリームルウ				(569)
		ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん				
		かつおフライ	カツオ				でんぶん パンこ こむぎこ	あぶら			
		だいこんのごま煮	ぶたにく		にんじん	だいこん しいたけ いとこんにゃく	さといも さとう	ごま あぶら			
30	金	豆腐のみそ汁	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					(621)
		ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			ごはん				
		かぼちゃ型ハンバーグ	とりにく ぶたにく		トマト	たまねぎ にんにく しょうが	さとう でんぶん	とんし			
		コールスローサラダ	チキンハム			キャベツ きゅうり とうもろこし		マヨネーズふう ちようみりよう			
30	金	ほうれんそうスープ			ほうれんそう にんじん		じゃがいも			(621)	
		かぼちゃババロア	とうにゅう		かぼちゃ		さとう				

1人あたりの 月平均栄養価 (小学部高学年)	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μg	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物 繊維 g	食塩 相当量 g
	567	22.4	17.5	345	2.9	229	0.50	0.50	24	5.0	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。

幼稚園	小学部 低学年	中学部	高等部
0.68	0.8	1.14	1.18

