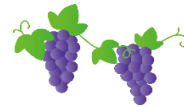




令和2年度9月分 学校給食献立予定表



給食回数20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	主食	副食(おかず)	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)
			(働き別の色区分:黄群)	添加物	(働き別の色区分:赤群)	(働き別の色区分:緑群)	
1 (火)	ごもく 五目うどん(白玉うどん) 今年度初!!	しらたま ささみ大葉梅肉フライ	でんぶん		とりにく あぶらあげ(食初~後期I→除去)	はくさい しいたけ にんじん ねぎ	エネルギーは小学部 高学年の数値です。 (580)
		おおぼばいにく ぶどうゼリー	ばんこ こむぎこ さとう でんぶん あぶら	牛乳	とりにく 	うめ おおば	
			さとう			ぶどう	
2 (水)	ぎゅうどん 牛丼(ごはん)	そくせきづ 即席漬け	さとう でんぶん		ぎゅうにく とうふ	たまねぎ えのきたけ にんにく しょうが	(542)
				牛乳		はくさい きゅうり だいこん	
3 (木)	ごはん	しろみさかな 白身魚のフリッター ([食]しろみさかな フライ)	こむぎこ でんぶん あぶら さとう こめこ		たら おきあみえび あおさ		(564)
		けんちん汁	こむぎこ ばんこ あぶら	牛乳	ホキ		
			さといも ごまあぶら		とうふ	しめじ ごぼう だいこん ねぎ	
4 (金)	ごはん	やまいもい とうふ 山芋入り豆腐はんぺん	やまいも さとう でんぶん		とうふ さかなのすりみ とりにく	たまねぎ れんこん にんじん しいたけ ねぎ	(574)
		かぼちゃ 南瓜のみそ汁		牛乳	なまあげ(食→とうふ) あかみそ	かぼちゃ たまねぎ えのきたけ ねぎ	
7 (月)	ごはん	さんまのみぞれ煮	さとう	ミルク ココア アーモンド	さんま	だいこん	(593)
		とうふ 豆腐のみそ汁		牛乳	あぶらあげ(食初~後期I→除去) とりにく とうふ あかみそ	にんじん たまねぎ だいこん ねぎ	
8 (火)	ちゅうか 中華あんかけ丼(麦ごはん)	あいちけんさんやさいはるま 愛知県産野菜春巻き	さとう でんぶん ごまあぶら こむぎこ あぶら		ぶたにく うずらたまご(食初~後期I→除去)	たまねぎ にんじん はくさい たけのこ しいたけ	(619)
		([食]しゅうまい)	ごまあぶら でんぶん ばんこ こむぎこ さとう	牛乳	とりにく	キャベツ れんこん にんじん	
					ぶたにく とりにく たら	たまねぎ	
9 (水)	ごはん	さけ 鮭のパン粉焼	ばんこ オリーブあぶら		さけ		(537)
		だいこん 大根のみそ汁		牛乳	あぶらあげ(食初~後期I→除去) とりにく しろみそ	にんじん だいこん ごぼう こまつな えのきたけ	
10 (木)	ごはん	にくだんご ピク肉団子	ばんこ でんぶん 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	(602)
		なすのみそ汁		牛乳	なまあげ(食→とうふ) わかめ ミックスみそ	なす にんじん えのきたけ	
		ヨーグルト	さとう		にゅうせいひん かんてん		
11 (金)	ごはん	わふう 和風コロッケ	じゃがいも ばんこ さとう こめこ こむぎこ あぶら			れんこん にんじん	(559)
		([食]スクールコロッケ)	じゃがいも ばんこ さとう こむぎこ あぶら でんぶん	牛乳	ぶたにく ぎゅうにく	たまねぎ にんじん パセリ	
		じゃこつみれ汁			じゃこつみれ わかめ	だいこん にんじん ごぼう えのきたけ ねぎ	
14 (月)	ねぎゅうい 和牛入りカレーライス	あいち ごもくあつや たまご 愛知の五目厚焼き卵	じゃがいも あぶら		ぎゅうにく	たまねぎ にんじん セロリー にんにく トマト	(675)
		([食]オムレツ)	さとう あぶら	牛乳	たまご	れんこん にんじん こまつな しいたけ あおじそ	
			さとう		たまご		
15 (火)	わかめ ごはん	い キャベツ入りメンチカツ	でんぶん ばんこ こむぎこ さとう あぶら		ぎゅうにく ぶたにく	キャベツ たまねぎ	(561)
		こんさい 根菜のみそ汁		牛乳	あぶらあげ(食初~後期I→除去) あかみそ	ごぼう れんこん だいこん にんじん ねぎ	



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 ちやし 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 まくだん (働き別の色区分:黄群) 添加物	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)			
16 (水)	今年度初!!	ししゃもフライかわりソースかけ	こむぎこ ばんこ あぶら さとう ごまあぶら		カラフトシヤモ	トマト	(573)	
	ごはん	([食]しろみさかな 白身魚フライソースかけ)	こむぎこ ばんこ あぶら さとう ごまあぶら	牛乳	ホキ	トマト		
		はくさい 白菜のみそ汁			とうふ あかみそ	はくさい ごぼう なめこ ねぎ		
17 (木)	ちゅうか 中華あんかけ(ソフトめん)		ごまあぶら でんぶん		とりにく	はくさい しいたけ にんじん たけのこ たまねぎ ねぎ	(581)	
		あおな 青菜の煮びたし	さとう	牛乳	あぶらあげ([食]初~後期I→除去)	こまつな もやし		
		あんにとらふ 杏仁豆腐	さとう		ぎゅうにゅう クリーム だっしふんにゅう			
18 (金)	わかめ ごはん	エビかつ	さとう ばんこ こむぎこ あぶら	牛乳	えび たら	たまねぎ	(537)	
		のっぺい汁	さといも しらたき でんぶん			ごぼう にんじん だいこん ねぎ しいたけ		
23 (水)	ごはん	さば しおや 鯖の塩焼き		牛乳	さば		(547)	
		なめこ汁			とりにく とうふ あかみそ	なめこ にんじん はくさい ねぎ		
24 (木)	ごはん	れんこん 蓮根サンドフライ	ばんこ こむぎこ でんぶん あぶら		とりにく	れんこん たまねぎ しいたけ	小学部6年 修学旅行 (549)	
		([食]→キャベツ入り平つくね)	でんぶん さとう	牛乳	とりにく ぶたにく	キャベツ しょうが		
		いわしのつみれ汁			いわしととうふのつみれ わかめ	だいこん ごぼう えのきたけ		
25 (金)	ごはん	かつおフライ	こむぎこ ばんこ でんぶん あぶら		かつお		小学部6年 修学旅行 (566)	
		([食]初期から中期→ サーモンフライ)	ばんこ こむぎこ でんぶん	牛乳	さけ			
		なまあげのみそ汁			なまあげ([食]→とうふ) あかみそ	にんじん はくさい えのきたけ ねぎ		
28 (月)	ごはん	れんこん 蓮根ハンバーグきのこあんかけ	ばんこ こむぎこ さとう でんぶん		ぶたにく とりにく ぎゅうにく	れんこん たまねぎ えのきたけ しめじ しいたけ	(569)	
		([食]→スクールハンバーグ)	ばんこ こむぎこ でんぶん さとう	牛乳	ぎゅうにく ぶたにく	たまねぎ えのきたけ しめじ しいたけ		
		さつまいものみそ汁	さつまいも		あぶらあげ([食]初~後期I→除去) あかみそ	だいこん はくさい にんじん ねぎ		
29 (火)	ごはん	かぼちゃひき肉フライ	ばんこ でんぶん こむぎこ あぶら みずあめ	牛乳	ぶたにく	かぼちゃ たまねぎ	(569)	
		かきたま汁	でんぶん		たまご とうふ	にんじん えのきたけ ほうれんそう		
30 (水)	むぎ ごはん	めひかりのフライ New!	ばんこ こむぎこ でんぶん さとう		めひかり	骨があります。 気を付けて食 べてください。	お月見 メニュー (575)	
		([食]いわしの梅煮)	さとう でんぶん	牛乳	いわし			うめ
		さといも 里芋のみそ汁	さといも		あぶらあげ([食]初~後期I→除去) とりにく あかみそ			にんじん だいこん えのきたけ ねぎ
		じゅうごや 十五夜デザート	さとう みずあめ					レモン あおりんご

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】

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)	573	21.2	16.1	321	2.4	208	0.42	0.49	8	4.1	1.7

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