



れいわねんど がつきゅうしよくこんだてひょう
令和6年度 4月給食献立表



あいけんりつみよしとくべつしえんがっこう
愛知県立三好特別支援学校

にち 日	よう 曜	しゅしよく 主食	こんだてめい 献立名	あか なかま 赤の仲間	みどり なかま 緑の仲間	き なかま 黄の仲間	エネルギー たんぱく質 脂質		
				ち にく ほね 血・肉・骨になるもの	からだ ちょうし とどの 体の調子を整えるもの	あつ ちから 熱や力のもとになるもの	しょう 小	ちゅう ちゅう 中・高	
10	すい 水		ごはん	ポークカレーライス	ぶたにく 豚肉	たまねぎ、にんじん、しょうが、にんにく	ごはん、じゃがいも	559	705
			ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳		こめこ 米粉カレー、油	15.4	18.7
			フルーツのゼリー寄せ		メロンペースト、みかん果汁、いちごペースト みかん、黄桃、パイナップル	さとう 砂糖、粉あめ	12.9	15.1	
11	もく 木		スライスパン	スライスパン			スライスパン	630	760
			ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳		とんし 豚脂、パン粉、でんぷん	18.3	21.6
			かぼちゃとひき肉のコロッケ	かぼちゃ、たまねぎ	かぼちゃ、たまねぎ	とんし 豚脂、パン粉、でんぷん	24.7	28.7	
			切り干し大根入りコルソ-サラダ	キャベツ、きゅうり、切り干し大根、にんじん とうもろこし、パイナップル、レモン	キャベツ、きゅうり、切り干し大根、にんじん とうもろこし、パイナップル、レモン	あぶら 油、砂糖、水あめ			
			じゃがいものクリームスープ	たまねぎ、パセリ	たまねぎ、パセリ	じゃがいも、豆乳バター			
いちごジャム	いちご	いちご	こめこ 米粉ホワイトルウ	さとう 砂糖、水あめ					
12	きん 金		麦ごはん	まーぼどうふどん 麻婆豆腐丼	ぶたにく とうふ 豚肉、豆腐、みそ	たまねぎ、たけのこ、白ねぎ、にら、にんにく しょうが	むぎ 麦ごはん、砂糖、ごま油	564	674
			ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳		でんぷん	21.4	25.2
			トマトと卵の中華スープ	たまご 卵	トマト、ほうれん草、たまねぎ、えのきたけ	ごま油、でんぷん	15.7	17.6	
			アセロラゼリー	アセロラ果汁	アセロラ果汁	さとう 砂糖			
15	げつ 月		ソフトめん	肉みそソフトめん	ぶたにく 味噌 豚肉、みそ	たまねぎ、にんじん、たけのこ、しょうが	ソフトめん、砂糖、でんぷん	615	769
			ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳		あぶら 油	27.6	34.8
			ひじきとツナのサラダ	ひじき、まぐろ油漬け	あか 赤ピーマン、キャベツ、小松菜、とうもろこし えだまめ		20.0	24.2	
わふう 和風ドレッシング	たまねぎ、赤ピーマン、にんにく、しょうが しいたけ、ブルーベリー、りんご	たまねぎ、赤ピーマン、にんにく、しょうが しいたけ、ブルーベリー、りんご	あぶら 油、ごま						
16	か 火		ごはん	ごはん			ごはん	538	649
			ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳		さとう 砂糖	25.4	30.4
			鮭の塩こうじ焼き	さけ 鮭	キャベツ、きゅうり		16.7	28.6	
			キャベツとわかめの酢味噌和え	わかめ、みそ	キャベツ、きゅうり	さとう 砂糖			
はちはいじる 八杯汁	とうふ 豆腐	にんじん、えのきたけ、なめこ、ねぎ、しょうが							
17	すい 水		米粉パン	米粉パン			こめこ 米粉パン	595	712
			ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳		22.6	27.1	
			ナポリタンスパゲティ	ウインナー	たまねぎ、ピーマン、にんじん	スパゲティ、オリーブオイル、砂糖	17.5	20.4	
			はるやさい 春野菜のコンソメスープ		キャベツ、にんじん、とうもろこし、たまねぎ スナップえんどう	じゃがいも			
いわ 祝いいちごゼリー	とうにゅう だいず 豆乳、大豆粉	いちご、いちご果汁	さとう 砂糖、油、水あめ						
18	もく 木		ごはん	ごはん			ごはん	556	731
			ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳		22.0	30.9	
			一口カツ	ぶたにく 豚肉	たまねぎ、ピーマン、にんじん	パン粉、米粉、でんぷん	15.8	19.5	
			みそたれ	みそ		さとう 砂糖			
			キャベツの塩昆布和え	しおこんぶ 塩昆布	キャベツ、きゅうり、水菜				
			豆腐のすまし汁	とうふ 豆腐、わかめ	えのきたけ、にんじん、みつば				
19	きん 金		ごはん	ごはん			ごはん	618	752
			ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳		20.2	25.0	
			にくだんご 肉団子の甘酢炒め	とり ぶたにく 鶏肉、豚肉	たまねぎ、にんじん、たけのこ、しいたけ あか 赤ピーマン、ピーマン、しょうが、にんにく	さとう 砂糖、でんぷん、ごま油	18.0	21.0	
はるさめ 春雨スープ	いと 糸かまぼこ	にら、もやし、にんじん、えのきたけ	とんし 豚脂						
はるさめ 春雨			はるさめ 春雨						
23	か 火		ごはん	ごはん			ごはん	563	686
			ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳		21.6	26.0	
			さんまのみぞれ煮	さんま	だいこん	さとう 砂糖、でんぷん	18.1	21.0	
			こまつな 小松菜ともやしの和え物		こまつな 小松菜、もやし、にんじん、きゅうり	さとう 砂糖			
がんもどき 野菜の煮物	がんもどき	だいこん、にんじん、こんにゃく、たけのこ いんげん、干しいたけ	さといも、砂糖						

24	すい		中華めん 五目ラーメン	豚肉、うずら卵、なると	たまねぎ、にんじん、キャベツ、もやし、ねぎ しょうが	中華めん、ごま、砂糖 ごま油	629 g	771 g	
			牛乳	牛乳				23.2 g	28.1 g
			揚げ餃子	豚肉	れんこん、にんじん、たまねぎ		でんぷん、砂糖、小麦粉、油	19.7 g	24.4 g
			蒲郡みかんゼリー		みかん果汁		砂糖		
25	もく		ごはん			ごはん	593 Kcal	755 Kcal	
			牛乳	牛乳				24.2 g	30.7 g
			鶏肉の照り焼き	鶏肉			砂糖	19.7 g	27.8 g
			じゃがいものカレーソテー	ベーコン	赤ピーマン、ピーマン		じゃがいも、油		
			春キャベツのみそ汁	わかめ、油揚げ、みそ	キャベツ、たまねぎ、にんじん				
26	きん		ごはん			ごはん	620 g	743 g	
			牛乳	牛乳				24.6 g	28.6 g
			ホキフライの野菜あんかけ	ホキ	白菜、たまねぎ、赤ピーマン、たけのこ 干しいたけ、えだまめ		米粉、油、砂糖、でんぷん	15.1 g	17.3 g
			具だくさんみそ汁	豆腐、みそ	にんじん、しめじ、だいこん、ねぎ		さといも		
30	か		ごはん	油揚げ	たけのこ、干しいたけ	ごはん、砂糖	610 Kcal	736 Kcal	
			牛乳	牛乳				21.5 g	25.5 g
			キャベツ入りメンチカツ	牛肉、豚肉	キャベツ、たまねぎ		パン粉、でんぷん、砂糖 油	18.5 g	21.7 g
			ウスターソース						
			かぼちゃの合わせみそ汁	生揚げ、みそ	かぼちゃ、しめじ、にんじん、小松菜				
			ももゼリー		もも果汁、ももピューレ		砂糖		
平均							529 Kcal	726 Kcal	
							22.2 g	27.1 g	
							18.1 g	21.3 g	

学校給食では「地産地消」に取り組んでいます。

毎月、献立表で給食に使用する愛知県産の野菜をお知らせしています。

地域で生産されたものを地域で消費する（食べる）ことを「地産地消」と言います。

地産地消の良いところ…

①産地が近いから新鮮 ②作っている人が分かるから安心 ③近くから運ぶから省エネ



今月の愛知県で作られた食材



キャベツ



だいこん



にんじん



たまねぎ



きゅうり



ほうれん草



スナップえんどう



小松菜



れんこん

学校給食について

《主菜》

肉や魚、卵、大豆製品など。

たんぱく質が多く、主に体を作るもとになります。

《主食》

ごはんやパン、めん類など。

炭水化物が多く、主にエネルギーのもとになります。

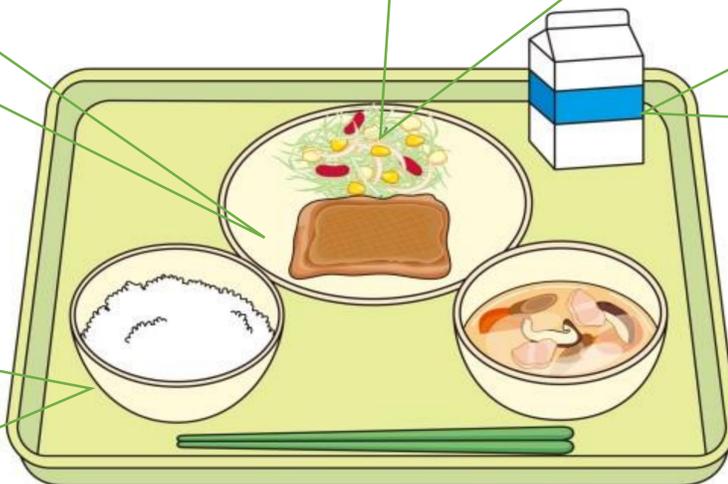
《副菜》

野菜を中心としたおかず。ビタミンやミネラルが多く、からだの調子を整えます。

《牛乳》

毎日付きます。

成長期に必要なカルシウムが豊富です。



献立表は体内での働きによって三つに分けて表示しています。

