



令和6年度1月給食献立表



あいちけんりつみょしとくべつしえんがっこう **愛知県立三好特別支援学校**

						愛知県立 三	好特別支	援学校	
は日	よう曜	はなく	献立名	新の神間 蘇の神間		黄の仲間	エネルギー たんぱく質		
П	唯		間人上石	盍・闳・臀になるもの	ながい調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの	脂小	質が中	
		ごはん	ごはん			ごはん	551 Kcc	724 Kcal	
			きゅうにゅう	ぎゅうにゅう 牛乳			21.2 g	29.8 g	
		Cango Range	みそカツ (一口カツ)	がたにく 豚肉		こ こむぎこ こめこ あぶら パン粉、小麦粉、米粉、油	15.1 g	18.4 g	
7	火		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、にんじん、きゅうり	さとう砂糖			
			ななくさじる	とうか。豆腐	せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ	19 THE			
		2-1-		豆腐	すずな(かぶ)、すずしろ(だいこん)、えのきたけ				
8		クロワッサン	クロワッサン			クロワッサン	556 Ko	708 Kcal	
			学 申うにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳		+ 1.2	17.4 g	21.4 g	
	水		ナポリタンスパゲティ	ポ− 2ウインナ−	たまねぎ、ピーマン、にんじん	スパゲティ、砂糖 オリーブ ^{あぶら}	24.7 g	31.4 g	
			サラダスープ		キャベツ、ブロッコリー、にんじん とうもろこし				
		ごはん	ごはん		ATA	ごはん	568 Kc	690 Kcal	
			ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳			22.3 g	26.7 g	
9	ŧ√ 木	(Caa	いわしの八丁みそ煮	いわし、みそ	ha f	さとう砂糖	ł	18.5 g	
	711	ではり	キャベツのごま酢和え	わかめ	きゅうり、キャベツ	さらう 砂糖、ごま			
			でく 肉じゃが	ぶたにく 豚肉	たまねぎ、にんじん、こんにゃく、いんげん	じゃがいも、砂糖			
		^ジ 麦ごはん	にんじんごはん	byにく あぶらあ 鶏肉、油揚げ	にんじん、しいたけ、こんにゃく	むぎ さとう 麦ごはん、砂糖	593 Ko	724 Kcal	
		~	ぎゅうにゅう	海内、川海り ぎゅうにゅう 牛乳		友にはん、砂帽	ł	24.4 g	
10	金	E ag	中代 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	++1	thach, isalih	じゃがいも、パン粉、油		20.9 g	
		<u> </u>	2	238	★だいこん、はくさい、えのきたけ、ねぎ	さとう こむぎこ こめこ 砂糖、小麦粉、米粉 さといも			
		ごはん	★真だくさんみそ光 ごはん	みそ、豆腐	ALVICIONI IN CONTROL AND CONTR	ごはん	EQI va	712 Kcal	
			ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう		C 14.70		34.3 g	
		2000	1.11 (e./ 5.7.4)	ぎゅうにゅう 牛乳 とりにく 鶏肉	^{かじゅう} レモン果汁	あぶら さとう		17.4 g	
14	が火	2"13/2	鶏むね肉のレモン風味 ほうれんそうのソテー	鶏肉	++	あぶらさとう でんぷん、油、砂糖 とうにゅう 豆乳バター	14.0 9	17.4 9	
					ほうれんそう、とうもろこし、赤ピーマン かぼちゃ、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん	豆乳バター			
			ビタミンÃČĚスープ		セロリ				
			ヨーグルト	『乳、寒天、クリーム		砂糖			
		ごはん	まごわやさしい カレーライス	とりにく 鶏肉、まぐろ油漬 たいず 大豆、ひじき	たまねぎ、にんじん、しめじ、トマトにんにく、しょうが	ごはん、じゃがいも、油 こめこ 米粉カレールウ、ごま	602 Kcc	747 Kcal	
	すい	विवेश राजा है।	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳			20.6 g	25.6 g	
15	水水		アスパラのサラダ		アスパラガス、キャベツ、きゅうり、れんこん とうもろこし、えだまめ		20.0 g	24.0 g	
			^{わふう} 和風ドレッシング		たまねぎ、赤ピーマン、にんにく、しいたけ、 しょうが、りんご、プルーン	あぶらさとう 油、砂糖			
		zith Zith	豚トマ丼	がたにく 豚肉	たまねぎ、トマト、しめじ	ごはん、砂糖	595 Ko	727 Kcal	
	4.0		学 ゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳			23.9 g	30.2 g	
16	木		ほうとう ^{ピス}	は 鶏肉、みそ	にんじん、かぼちゃ、はくさい、えのきたけ ねぎ	*L&A	14.9 g	16.9 g	
		70111	いちごのスティックケーキ	豆乳、大豆粉	いちごピューレ、レモン果汁	さとう こめこ あぶら砂糖、米粉、油			
		zith Zith	ではん	W. 707	Ma	ごはん	573 кс		
			半乳	ぎゅうにゅう 牛乳			23.9 g		
	* /		にぎすフライ	にぎす		パン粉、小麦粉、油	15.6 g	18.3 g	
17	釜		小松菜ともやしのささみ和え 豚汁	とりにく 鶏肉 ぶたにく とうぶ 豚肉、豆腐、みそ	もやし、小松菜、赤ピーマン だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ	ごま、砂糖 さといも			
			ウスターソース	THE STATE OF THE S					
			みかん		みかん				
		ソフトめん	肉みそかけソフトめん	がたにく 豚肉、みそ	にんじん、たまねぎ、たけのこ、しょうが	ソフトめん、砂糖、でんぷん	615 Kc	758 Kcal	
			ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう			25.6 g	32.2 g	
20	貿		れんこんのごまドレサラダ		れんこん、キャベツ、きゅうり、えだまめ とうもろこし、赤ピーマン		19.8 g	23.2 g	
			ごまドレッシング			さとう あぶら ごま、砂糖、油			
									

		ごはん	ごはん			ごはん	592	Kcal	739 Ko
21	火	Eag Z"lahy	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳			20.0	g	25.1 g
			ししゃもフライ	ll*ŧ		こむぎこパン粉、でんぷん、小麦粉 あぶら コ-ソフラワー、油	21.1	g	25.1 g
			切干だいこん入り	Culf	きゅうり、キャベツ、切り手し大根、新ピーマンとうもろこし、レモン繁栄 パイナップル繁新	あぶらさとう みず 油、砂糖、水あめ			
			コールスローサラダ はない はる 白菜の白みそ汁	とうふ あぶらあ 豆腐、油揚げ、みそ	とうもろこし、レモン来汁、ハイデッノル来汁はくさい、にんじん、しめじ				
		= 8 =	日来の日みそけ こめこ 米粉パン	豆腐、油揚け、みそ		こめこ 米粉パン	577	Keal	684 Ko
		木材ハノ	米粉ハン ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう		米粉バン			27.8 g
22	水水		b	午乳 ぶたにく あお 豚肉、青のり	キャベツ、にんじん、もやし、ピーマン	sゅうか あぶら 中華めん、油			19.7 g
			焼きそば レタスとコーンのスープ	豚肉、青のり いと 糸かまぼこ	レタス、セロリ、とうもろこし	中華めん、油	17.4	9	17.7 9
			ミルメーク (コーヒー)	糸かまはこ	27X, 217, 270920	きとう砂糖			
		ごはん	ごはん		//	びはん	554	Kcal	677 Ko
	*< 木	विवर्ध सम्बद्ध	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳			20.9		19.6 g
22			十孔 ハンバーグ			L4.1 *L3 =M= ###		-	_
23			デミグラスソースかけ	ぶたにく とりにく 豚肉、鶏肉	たまねぎ、マッシュルーム	とんし さとう こめこ あぶら 豚脂、砂糖、米粉ハヤシルウ、油	15.7	g	18.2 g
			ジャーマンポテト	ベーコン	たまねぎ、パセリ	じゃがいも、豆乳バター			
			冬野菜スープ		キャベツ、ブロッコリー、にんじん、かぶ				
		^{tぎ} 麦ごはん	キムチチャーハン	豚肉	はくさいキムチ、にんじん、にら、ねぎ	^{むぎ} 麦ごはん、ごま、ごま油	538	Kcal	681 Ko
	* 4.	(Gag	^{ぎゅうにゅう} 牛乳	生乳		-	19.5	g	24.7 g
24	金	z"ah	しゅうまい	ぶたにく とりにく 豚肉、鶏肉、たら	たまねぎ	をがし、 豚脂、でんぷん、パン粉 きとき 砂糖	18.8	g	23.1 g
			チンゲンサイともやしのスープ	とうふ豆腐	もやし、チンゲンサイ、にんじん、えのきたけ				
		きしめん	がとじきしめん	あぶらなったまご油揚げ、卵、かまぼこ	にんじん、たまねぎ、しいたけ、ねぎ ほうれんそう	きしめん、でんぷん	604	Kcal	745 Kc
20	げつ	~	学 ゆうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳			25.0	g	30.6 g
27	月		なすみそメンチカツ	ぶたにく 豚肉、みそ	たまねぎ、なす	eとう 砂糖、でんぷん、パン粉 こむぎこ 小麦粉	19.0	g	22.3 g
			りんごゼリー		^{かじゅう} りんご果汁	さとう砂糖			
		ごはん	ごはん			ごはん	563	Kcal	710 Ko
			きゅうにゅう	ぎゅうにゅう 牛乳			24.9	g	32.1 g
28	火	राउम्	さばの香味焼き	さば	レモン果汁、しょうが	さらう砂糖	19.8	g	24.8 g
			きゅうりとわかめの酢の物	わかめ	きゅうり、キャベツ	砂糖			
			大根と鶏肉の煮物	調肉	だいこん、にんじん、こんにゃく いんげん	さとう あぶら 砂糖、油			
		サンドイッチロール	サンドイッチロールパン			サンドイッチロールパン	649	Kcal	762 Ko
			ホットドッグ (具)	ウインナーソーセージ	キャベツ、にんじん、ピーマン	油	21.1	g	24.7 g
20			牛乳	牛乳		621-a2	26.7	g	31.5 g
29			じゃがいものクリームスープ	豆乳	たまねぎ、ほうれんそう	じゃがいも、豆乳バター こめこ 米粉ホワイトルウ			
			トマトケチャップ		W. S.				
		3°1± /	豆乳プリン	豆乳		さとう みず 砂糖、水あめ、ショートニング			
		ごはん	ごはん			ごはん	575		719 Ko
		76	ぎゅうにゅう 牛乳	きゅうにゅう 牛乳					29.2 g
30	木	an and an	鶏肉のはちみつ焼き	美肉 りにく		はちみつ	19.9	g	24.5 g
			コーンと青菜のソテー	- Def	チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん、もやし とうもろこし	あぶら 油			
			さつまいものみそ汁	^{あぶらあ} 油揚げ、みそ	_{こまっな} 小松菜、しめじ	さつまいも			
	き金	ごはん	ごはん	B		ごはん	584	Kcal	732 Kc
		2"12 14	^{ぎゅうにゅう} 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳			18.8	g	23.0 g
31			揚げ <mark>餃子</mark>	ぶたにく 豚肉	キャベツ、たまねぎ、にら、にんにく	こ パン粉、でんぷん、豚脂 きょう あぶら 砂糖、油	19.3	g	22.9 g
			バンサンスー	たまご	きゅうり、にんじん、もやし	はるきめ さとう あぶら春雨、砂糖、ごま油			
			はくさい ぶたにく ちゅうかに 白菜と豚肉の中華煮	State(はくさい、にんじん、たけのこ、きくらげ チンゲンサイ	でんぷん、ごま ^{あぶら}			
			*************************************				581	Kcal	718

※給食物資購入の都合により、献立を一部変更することがあります。
※給食週間: | 月 | 4 日 (火) ~ | 7日 (金)

581 Kcal 718 Kcal 22.1 g 27.2 g 18.7 g 22.3 g

今月の愛知県で作られた食材

★ | 万 | 0日の「真だくさんみそ汁」には、高等部が栽培した大穣を使用します

