













# 令和7年度9月給食献立表



愛知県立三好特別支援学校

曜日	曜	主食	献立名	赤の仲間 血・肉・骨になるもの	緑の仲間 体の調子を整えるもの	黄の仲間 熱や力のもとになるもの	エネルギーたんばく質 脂質	
							小	中・高
1	月		ごはん				579	726
			チキンカレーライス	鶏肉	たまねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、トマト	ごはん、じゃがいも 米粉カレールウ、油	16.6	20.1
			フルーツのゼリー寄せ		黄桃、みかん、パイナップル、みかん果汁 いちごペースト	砂糖、粉あめ	15.0	18.0
2	火		ソフトめん	豚肉、みそ	たまねぎ、にんじん、たけのこ、もやし、えだまめ しょうが	ソフトめん 砂糖、油	566	701
			こんにゃくと海藻のサラダ	わかめ	こんにゃく、きゅうり、とうもろこし、赤ピーマン		24.7	31.2
			和風ドレッシング		たまねぎ、りんご、ブルーベリー	油、砂糖	18.1	21.3
3	水		ごはん			ごはん	561	699
			牛乳	牛乳			23.9	29.5
			鶏肉の照り焼き	鶏肉		砂糖	20.6	25.2
			小松菜とコーンのソテー		こまつな、にんじん、とうもろこし	豆乳バター		
4	木		キャベツの白みそ汁	なまあ 生揚げ、みそ	キャベツ、にんじん、だいこん			
			ごはん			ごはん	573	705
			牛乳	牛乳			25.5	32.7
			豚肉と野菜のしょうが炒め	豚肉	ピーマン、たまねぎ、キャベツ、赤ピーマン、しょうが	砂糖、油	16.0	19.1
5	金		具だくさんみそ汁	なまあ 生揚げ、みそ	にんじん、しめじ、だいこん、ごぼう、ねぎ			
			冷凍みかん		みかん			
			ごはん			ごはん	544	674
			牛乳	牛乳			19.6	24.2
8	月		レバー入りつくね	鶏肉、鶏レバー、鶏皮	たまねぎ	でんぶん、米粉、パン粉、砂糖	14.1	16.6
			即席漬け		キャベツ、きゅうり、にんじん、だいこん漬け	ごま		
			肉じゃが	豚肉	にんじん、たまねぎ、糸こんにゃく、いんげん	じゃがいも、砂糖		
			ごはん			ごはん	545	715
9	火		牛乳	牛乳			20.3	26.0
			なすと豚肉のみそ炒め	豚肉、みそ	なす、ピーマン、たまねぎ、しょうが	砂糖、油、ごま油	15.7	19.1
			しゅうまい	豚肉、鶏肉、たら、大豆	たまねぎ	豚脂、でんぶん、パン粉、砂糖		
			春雨スープ		にら、もやし、にんじん、しいたけ	はるき春雨		
10	水		ごはん			ごはん	586	716
			牛乳	牛乳			26.7	32.4
			鮭のみそマヨ焼き	鮭、みそ		砂糖、マヨネーズ風調味料	20.1	23.1
			豚肉とかぼちゃの甘辛炒め	豚肉	かぼちゃ、いんげん	砂糖、油		
11	木		八杯汁	豆腐	にんじん、えのきたけ、なめこ、ねぎ、しょうが			
			ごはん			ごはん	582	708
			牛乳	牛乳			20.3	24.6
			キャベツ入りメンチカツ	牛肉、豚肉、大豆	キャベツ、たまねぎ	でんぶん、パン粉、小麦粉、油	17.5	20.7
12	金		ほうれん草の磯和え	のり	ほうれんそう、もやし、にんじん	砂糖		
			鶏肉と野菜の煮物	鶏肉	だいこん、にんじん、こんにゃく、たけのこ しいたけ、いんげん	さといも		
			ごはん			ごはん	592	722
			牛乳	牛乳			26.5	32.0
12	金		いわしの生蒸煮	いわし	しょうが	砂糖、でんぶん	22.3	26.1
			炒り豆腐	豆腐、卵、鶏肉	にんじん、しいたけ、いんげん	砂糖、ごま		
			大根とさといものみそ汁	みそ、わかめ	だいこん、まいたけ、ねぎ	さといも		
			スライスパン			スライスパン	623	738
12	金		牛乳	牛乳			19.1	22.2
			クリーミーコロッケ	豆乳、わかめ、おから ゼラチン	たまねぎ、にんじん、とうもろこし	こむぎ小麦粉、パン粉、砂糖	27.8	32.8
			夏野菜のトマト煮	ベーコン	たまねぎ、セロリ、なす、ズッキーニ、ピーマン トマト、にんにく	オリーブオイル、砂糖		
			かぼちゃのスープ		かぼちゃ、たまねぎ、しめじ、にんじん	油		
12	金		大豆チョコクリーム	大豆、脱脂粉乳		砂糖、油		

16	火	きしめん	きしめん	鶏肉、油揚げ、うずら卵	はくさい、にんじん、ほうれんそう、ねぎ、しいたけ	きしめん	595	712
			牛乳	牛乳			27.4	33.2
			ささみ大葉梅肉フライ	鶏肉	梅ペースト、大葉	砂糖、パン粉、小麦粉、油	18.0	21.3
			アセロラゼリー		アセロラ果汁	砂糖		
17	水	麦ごはん	ツナそばろ丼	まぐろフレーク、大豆	えだまめ、たまねぎ	麦ごはん、砂糖	581	710
			牛乳	牛乳			24.4	29.7
			春雨の中華和え		きゅうり、にんじん、とうもろこし	春雨、砂糖、ごま油	17.6	20.3
			冬瓜のみそ汁	油揚げ、みそ	とうがん、ねぎ、しめじ			
18	木	ごはん	ごはん			ごはん	577	725
			牛乳	牛乳			18.9	23.1
			いかフリッター	いか、オキアミ、アオサ		小麦粉、でんぶん、砂糖、米粉、ベーキングパウダー、油	20.3	25.1
			きゅうりとわかめのごま酢和え	わかめ	きゅうり、キャベツ	砂糖、ごま		
19	金	ごはん	ごはん			ごはん	551	670
			牛乳	牛乳			26.8	32.2
			さわらの南部焼き	さわら		砂糖、ごま	16.1	17.9
			れんこんの梅和え		れんこん、きゅうり、にんじん、梅	砂糖		
22	月	ごはん	ごはん			ごはん	547	665
			牛乳	牛乳			21.2	19.9
			ハンバーグのトマトソースかけ	鶏肉、豚肉	たまねぎ、しめじ、トマト、にんにく	豚脂、砂糖、でんぶん、オリーブオイル	16.4	18.8
			じゃがいものカラフルソテー		ピーマン、赤ピーマン	じゃがいも、豆乳バター		
24	水	ごはん	ごはん			ごはん	576	715
			牛乳	牛乳			22.4	27.8
			チンジャオロース	豚肉	たけのこ、ピーマン、赤ピーマン、もやし	ごま油、砂糖、でんぶん	19.1	23.2
			春巻き	豚肉	キャベツ、もやし、にんじん、にら、エリンギ	でんぶん、砂糖、小麦粉、水あめ		
25	木	サンドイッチ	サンドイッチロール			サンドイッチロール	609	714
			ホットドッグ(具)	ボークウインナー	キャベツ、赤ピーマン、ピーマン	油	24.8	29.5
			トマトケチャップ		トマト、たまねぎ	砂糖		
			牛乳	牛乳			23.4	28.0
26	金	ごはん	ごはん			ごはん	612	790
			牛乳	牛乳			23.9	30.9
			鶏肉のレモンから揚げ	鶏肉	レモン果汁	砂糖、でんぶん、油	23.8	30.6
			小松菜ともやしの和え物	こんぶ	こまつな、もやし、きゅうり	ごま、砂糖		
29	月	ごはん	ごはん			ごはん	561	694
			牛乳	牛乳			20.7	25.2
			さばのゆずみそ煮	さば、みそ	ゆず	砂糖、米粉	17.0	20.0
			酢もみきゅうり		きゅうり、みょうが、キャベツ	砂糖		
30	火	麦ごはん	豚キムチ丼	豚肉	白菜キムチ、たまねぎ、にんじん、にら	麦ごはん、ごま	572	697
			牛乳	牛乳			24.8	30.7
			野菜と豆腐のみそスープ	豆腐、豆乳、みそ	トマト、とうもろこし、ねぎ、チンゲンサイ	ごま油、砂糖	15.3	17.8
			ぶどうヨーグルト	練乳、粉乳、寒天、クリーム	ぶどう果肉、ぶどう果汁	砂糖		
※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。							平均	710

今月の愛知県で作られた食材



9月11日は「まごわやさしい」献立・・・「まごわやさしい」は和食の基本食材「豆・ごま・わかめ(海藻)・野菜・魚・しいたけ(きのこ)・芋」がそろった献立です。