



れいわ ねんど がつきゅうしょくこんだてひょう
令和7年度 | 2月給食献立表



あいちけんりつよしとくべつしえくがこう
愛知県立三好特別支援学校

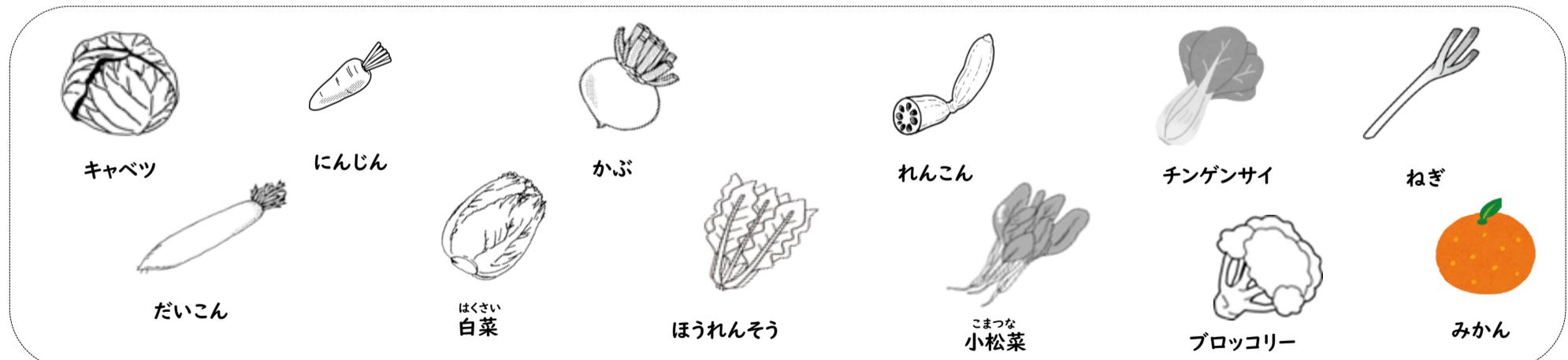
日	曜	主食	献立名	赤の仲間	緑の仲間	黄の仲間	エネルギー たんぱく質 脂質
				血・肉・骨になるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの	小 中
1 月	火	ごはん 	ごはん			ごはん	530 Kcal 22.3 g 16.6 g
			牛乳	牛乳			659 Kcal 27.6 g 19.9 g
			生揚げと野菜のみそ炒め	豚肉、生揚げ	キャベツ、たけのこ、赤ピーマン、ピーマン、ねぎ		
2 火	水	ごはん 	トマトと卵の中華スープ	卵	トマト、レタス、たまねぎ、えのきたけ	ごま油、でんぶん	541 Kcal 31.6 g 18.4 g
			ごはん			ごはん	659 Kcal 31.6 g 18.4 g
			牛乳	牛乳			
3 水	木	ごはん 	さばの照り焼き	さば		さとう 砂糖	541 Kcal 31.6 g 18.4 g
			かぶの梅昆布和え	昆布	かぶ、キャベツ、梅		
			豚汁	豚肉、豆腐、みそ	だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ	さといも	
8 月	火	ごはん 	しゃきしゃきみそそぼろ丼	豚肉、みそ	きりぼし 切干だいこん、れんこん、たまねぎ、しいたけ えだまめ	ごはん、砂糖、でんぶん	635 Kcal 30.4 g 24.0 g
			牛乳	牛乳			
			パンプキンハートコロッケ	鶏肉	かぼちゃ、たまねぎ	パン粉、砂糖、油、小麦粉	
9 火	水	ごはん 	豆腐のすまし汁	豆腐、わかめ	にんじん、えのきたけ、みつば		
			ごはん			ごはん	585 Kcal 22.3 g 19.5 g
			牛乳	牛乳			
10 木	金	ごはん 	野菜のチヂミ	豆腐、おから	にんじん、たまねぎ、にら、ににく	こめこ 米粉、じゃがいも、ショートニング でんぶん、砂糖、油	703 Kcal 23.7 g
			いかとチンゲンサイの炒め物	いか	チンゲンサイ、しめじ、ねぎ、ににく	ごま油、でんぶん	
			豆腐のチゲ風スープ	豚肉、豆腐、みそ	にら、白菜、にんじん、もやし、白菜キムチ	砂糖、ごま油	
11 木	木	ごはん 	ごはん			ごはん	558 Kcal 27.1 g 15.7 g
			牛乳	牛乳			
			レバー入りつくね	鶏肉	たまねぎ	砂糖、でんぶん、こめこパン粉	
12 金	水	ごはん 	ビーフンソテー	豚肉	にんじん、ピーマン、もやし、キャベツ、しいたけ	ビーフン、油	698 Kcal 22.1 g 18.5 g
			玉ねぎとわかめのみそ汁	豆腐、油揚げ、わかめ、みそ	たまねぎ、ねぎ		
			ごはん			ごはん	
13 木	木	ごはん 	ミルクロールパン			ミルクロールパン	585 Kcal 24.2 g 18.3 g
			牛乳	牛乳			
			鶏肉の豆乳クリームシチュー	鶏肉、豆乳	にんじん、たまねぎ、しめじ、ブロッcoli えだまめ	じゃがいも、豆乳バター 米粉ホワイトルウ	
14 木	木	ごはん 	カラフルサラダ		キャベツ、きゅうり、赤ピーマン、黄ピーマン えだまめ		640 Kcal 27.4 g 22.0 g
			イタリアンドレッシング		たまねぎ、トマト	油、砂糖	
			ミルメーク			砂糖	
15 木	木	むぎ ごはん 	ひじきごはん	鶏肉、油揚げ、ひじき	にんじん、こんにゃく、えだまめ	むぎ 麦ごはん、砂糖	729 Kcal 24.2 g 22.2 g
			牛乳	牛乳			
			キャベツ入りメンチカツ	牛肉、豚肉	キャベツ、たまねぎ	でんぶん、パン粉、砂糖	
16 木	木	ごはん 	ウスターソース				582 Kcal 25.9 g 17.2 g
			さつまいものみそ汁	豆腐、みそ	たまねぎ、小松菜、しめじ	さつまいも	
			ごはん			ごはん	
17 木	木	ごはん 	牛乳	牛乳			664 Kcal 25.6 g 16.9 g
			煮込みハンバーグ	鶏肉、豚肉	たまねぎ	豚脂、砂糖、でんぶん	
			じゃがいものソテー		たまねぎ、赤ピーマン、ピーマン	じゃがいも、豆乳バター	
18 木	木	ごはん 	具だくさんみそ汁	豆腐、みそ	大根、にんじん、えのきたけ、ねぎ	さといも	

16	火	しらたま 白玉うどん	ごもく 五目うどん	とりにく、あぶらあ 鶏肉、油揚げ	はくさい、たまねぎ、にんじん、ねぎ、しいたけ	しらたま 白玉うどん	566 Kcal 20.5 g 16.4 g	738 Kcal 26.9 g 20.8 g
			ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳				
			揚げパン	きなこ				
			みかん	みかん	みかん	みかん		
17	水	ごはん	ごはん			ごはん	575 Kcal 28.3 g 17.1 g	700 Kcal 34.1 g 19.6 g
			ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳				
			さわらの梅みそ焼き	さわら	うめ 梅、りんご			
			チンゲンサイのごま和え		チンゲンサイ、キャベツ			
18	木	ごはん	こうやどうふ 高野豆腐の卵とじ	こうやどうふ 高野豆腐、卵	にんじん、いんげん、しいたけ、たまねぎ こんにゃく		568 Kcal 18.7 g 16.6 g	693 Kcal 23.1 g 19.0 g
			ポークハヤシライス	ぶたにく 豚肉	たまねぎ、しめじ			
			ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳				
			はなやさしい 花野菜サラダ		キャベツ、ブロッコリー、カリフラワー あか 赤ピーマン、とうもろこし			
19	金	ごはん	ごはん			ごはん	585 Kcal 19.6 g 17.6 g	715 Kcal 23.9 g 21.2 g
			ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳				
			わかさぎの和風マリネ	わかさぎ	たまねぎ、あか 赤ピーマン、黄ピーマン、しょうが	こめこ 米粉、でんぶん、油、砂糖		
			ぶたにく だいこん 豚肉と大根の煮物	ぶたにく 豚肉	だいこん、にんじん、いんげん、しいたけ しょうが	さとう 砂糖		
22	月	ごはん	ヨーグルト	れんにゅう 練乳、粉乳、クリーム かんのん 寒天			605 Kcal 22.6 g 21.1 g	743 Kcal 27.1 g 24.6 g
			ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳				
			いわしの生姜煮	いわし	しょうが			
			かぼちゃの甘辛炒め		かぼちゃ、いんげん			
23	火	こめこ 米粉パン	とりだんご 鶏団子のゆず風味みそ汁	とりにく 鶏肉、豆腐、みそ	たまねぎ、にんじん、ねぎ、えのきたけ はくさい 白菜、ゆず	さとう 砂糖、でんぶん	639 Kcal 29.6 g 29.4 g	754 Kcal 34.5 g 33.7 g
			こめこ 米粉パン	こめこ 米粉パン		こめこ 米粉パン		
			ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳				
			ローストチキン	とりにく 鶏肉				
			プロッコリーのソテー		プロッコリー、あか 赤ピーマン、とうもろこし	オリーブ油 あぶら		
			じゃがいものクリームスープ	とうにゅう 豆乳	たまねぎ	じゃがいも、こめこ 米粉ホワイトルウ とうにゅう 豆乳バター		
※	給食	食材	クリスマスケーキ	たまご 卵、乳	こんにゃく加工品	さとう 砂糖、小麦粉、水あめ、油 チョコレート、ココアパウダー	580 Kcal 22.4 g 18.5 g	713 Kcal 27.3 g 21.8 g
			きゅうしょくぶつこうじゅうにゅう	こんげつ あいちけん つく	こんだて いちぶへんこう	へいきん 平均		

※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。



今月の愛知県で作られた食材



【今月の行事食】

- 12月3日 こんだけ 「はあとまつり献立」…「パンプキンハートコロッケ」
- 12月16日 こんだけ 「創立50周年記念献立」…「揚げパン」
- 12月22日 とうじこんだて 「冬至献立」…「かぼちゃの甘辛炒め」・「とりだんごのゆず風味みそ汁」
- 12月23日 こんだけ 「クリスマス献立」…「ローストチキン」・「クリスマスケーキ」