

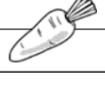


令和7年度2月給食献立表



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	たんぱく質	脂質	たんぱく質	脂質	たんぱく質	脂質
2	月	ごはん	いわしの蒲焼	いわし				ごはん、米粉、砂糖、でんぷん、油	552 Kcal	696 Kcal	
			牛乳	牛乳					21.6 g	28.6 g	
			かぶと白菜の梅和え		かぶ、切り干し大根、梅				17.6 g	21.3 g	
			具汁	大豆、油揚げ、みそ	にんじん、大根、しめじ、ねぎ						
			きなこボーロ福豆	きなこ、卵、脱脂粉乳			でんぷん、砂糖、水あめ				
3	火	ごはん	ごはん				ごはん	559 Kcal	697 Kcal		
			牛乳	牛乳					23.8 g	29.5 g	
			鶏肉のはちみつ焼き	鶏肉				はちみつ	19.9 g	24.3 g	
			小松菜とコーンのソテー		小松菜、とうもろこし、にんじん			豆乳バター			
			合わせみそ汁	豆腐、みそ	にんじん、ごぼう、ねぎ		さといも				
4	水	ごはん	ごはん				ごはん	573 Kcal	713 Kcal		
			牛乳	牛乳					22.5 g	27.8 g	
			☆しゅうまい	豚肉、鶏肉、たら、大豆	たまねぎ		豚脂、でんぷん、小麦粉、砂糖、油	17.4 g	20.4 g		
			チンゲンサイの中華和え		チンゲンサイ、もやし、にんじん		ごま油、砂糖				
			麻婆豆腐	豆腐、豚肉、みそ	たまねぎ、たけのこ、ねぎ、にんにく、しょうが		砂糖、でんぷん、ごま油				
5	木	くろロールパン	くろロールパン				くろロールパン	614 Kcal	738 Kcal		
			牛乳	牛乳					22.2 g	26.7 g	
			☆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、ほうれんそう		じゃがいも、豆乳バター	22.4 g	26.8 g		
			かみかみサラダ		キャベツ、きゅうり、切り干し大根、赤ピーマン						
			和風ドレッシング		たまねぎ、りんご、プルーン、赤ピーマン		油、砂糖				
					しょうが、にんにく、しいたけ						
6	金	☆牛丼	☆牛丼	牛肉	たまねぎ、糸こんにゃく、ねぎ		ごはん、砂糖、油	583 g	715 g		
			牛乳	牛乳				23.1 g	27.4 g		
			白菜のコールスローサラダ		白菜、きゅうり、にんじん、とうもろこし		砂糖、油	22.1 g	26.4 g		
			大根と豆腐のみそ汁	豆腐、わかめ、みそ	大根、しめじ						
9	月	中華めん	☆五目みそラーメン	豚肉、うずら卵、なるとみそ	たまねぎ、にんじん、キャベツ、もやし、ねぎ		中華めん、ごま油	585 Kcal	705 Kcal		
			牛乳	牛乳				23.7 g	27.9 g		
			揚げぎょうざ	豚肉	キャベツ、たまねぎ、しょうが		油、砂糖、小麦粉	20.7 g	23.7 g		
10	火	ごはん	ごはん				ごはん	596 Kcal	734 Kcal		
			牛乳	牛乳					25.7 g	30.7 g	
			☆さばの照り焼き	さば			砂糖	20.6 g	24.3 g		
			キャベツのごま酢和え	わかめ	きゅうり、キャベツ		砂糖、ごま				
			大根と豚肉の煮物	豚肉	大根、にんじん、いんげん、干しいたけ		砂糖、でんぷん				
					しょうが						
12	木	ごはん	ごはん				ごはん	569 Kcal	703 Kcal		
			牛乳	牛乳					23.7 g	28.3 g	
			☆いかフライのレモン煮	いか	レモン果汁		パン粉、小麦粉、コーンフラワー	15.9 g	18.5 g		
			ほうれんそうのごま和え		ほうれんそう、もやし、にんじん		でんぷん、砂糖				
			豚汁	豚肉、豆腐、みそ	大根、にんじん、ごぼう、ねぎ		ごま、砂糖				
							さといも				
13	金	ごはん	ごはん				ごはん	635 Kcal	771 Kcal		
			牛乳	牛乳					22.1 g	27.3 g	
			☆ハートハンバーグのトマトソースかけ	鶏肉、豚肉	たまねぎ、トマト、にんにく、しょうが、たまねぎ		砂糖	20.1 g	23.5 g		
			じゃがいものソテー		ピーマン、赤ピーマン		じゃがいも、豆乳バター				
			キャベツの白みそ汁	なまあじ、みそ	キャベツ、にんじん、大根						
			☆お米のガトーショコラ	豆乳			砂糖、米粉、油、ココア、カカオマス				
16	月	ごはん	ごはん				ごはん	567 Kcal	752 Kcal		
			牛乳	牛乳					21.3 g	30.7 g	
			☆みそカツ(ひれカツ)	豚ひれ肉			パン粉、小麦粉	16.3 g	20.2 g		
			みそだれ	みそ			砂糖				
			即席漬		キャベツ、きゅうり、にんじん、だいこん漬		ごま、砂糖				
			八杯汁	豆腐	にんじん、なめこ、えのきたけ、ねぎ、しょうが						

18	水		ごはん			ごはん	549 Kcal	664 Kcal	
			牛乳	牛乳			23.1 g	27.5 g	
			にぎすフライ	にぎす			15.2 g	17.5 g	
			ウスターソース						
			小松菜ともやしのささみ和え	ささみオイル漬け	もやし、にんじん、小松菜				
			かぼちゃの白みそ汁	なまあげ、みそ	かぼちゃ、たまねぎ、しめじ				
19	木		スライスパン			スライスパン	634 Kcal	758 Kcal	
			牛乳	牛乳			26.3 g	32.0 g	
			ハーブチキン	鶏肉	バジル、パプリカ		30.1 g	35.7 g	
			コーンと野菜のソテー		キャベツ、とうもろこし、ピーマン、赤ピーマン				
			ミネストローネ	ベーコン、大豆	にんじん、たまねぎ、セロリー、トマト、パセリ				
			大豆チョコクリーム	大豆粉、脱脂粉乳					
20	金		☆ポークカレーライス	豚肉	たまねぎ、にんじん、にんにく、しょうが	☆ポークカレーライス	561 Kcal	689 Kcal	
			牛乳	牛乳			17.1 g	20.8 g	
			れんこんの和風サラダ		れんこん、キャベツ、水菜、枝豆、とうもろこし、赤ピーマン		17.2 g	19.7 g	
			ごまドレッシング				あぶら油、砂糖、ごま		
24	火		ごはん			ごはん	558 Kcal	686 Kcal	
			牛乳	牛乳			23.3 g	28.0 g	
			☆ホキフライの野菜あんかけ	ホキ	はくさい、たまねぎ、赤ピーマン、たけのこ		15.4 g	18.4 g	
			鶏肉と野菜のみそ汁	鶏肉、みそ	にんじん、だいこん、ねぎ	さといも			
25	水		☆五目うどん	鶏肉、油揚げ	はくさい、たまねぎ、にんじん、ねぎ、干しいたけ	☆五目うどん	563 Kcal	682 Kcal	
			牛乳	牛乳			25.0 g	30.8 g	
			愛知のれんこん入りつくね	鶏肉、大豆	れんこん、たまねぎ、しょうが		17.6 g	20.4 g	
			ピーチゼリー		もも果汁、ももピューレ				
26	木		☆米粉パン			☆米粉パン	565 Kcal	681 Kcal	
			牛乳	牛乳			22.6 g	27.1 g	
			☆ナポリタンスパゲティ	ウインナー	たまねぎ、ピーマン、マッシュルーム		16.4 g	19.2 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				
			いちごヨーグルト	練乳、粉乳、寒天	いちご		砂糖		
27	金		ごはん			ごはん	578 Kcal	692 Kcal	
			牛乳	牛乳			26.6 g	31.5 g	
			☆鮭の塩こうじ焼き	鮭			16.9 g	18.7 g	
			白菜のなめたけ和え		はくさい、水菜、なめたけ		砂糖		
			肉じゃが	豚肉	にんじん、たまねぎ、こんにゃく、いんげん	じゃがいも、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	576 Kcal	713 Kcal
							21.7 g	26.7 g	
							18.3 g	21.8 g	



今月の愛知県で作られた食材



～高等部3年生 リクエストメニュー～



今月の給食は、高等部3年生の皆さんのリクエストメニューを取り入れました。  
 たくさんのリクエストありがとうございました。  
 ☆マークがついている料理がリクエストメニューになります。  
 給食を食べるのもあと少しです。先生や仲間と食べる給食の時間を楽しんでください。

