

令和5年度 3月学校給食予定献立表



＜今月の目標＞
食生活を振り返ろう

愛知県立ひいらぎ特別支援学校

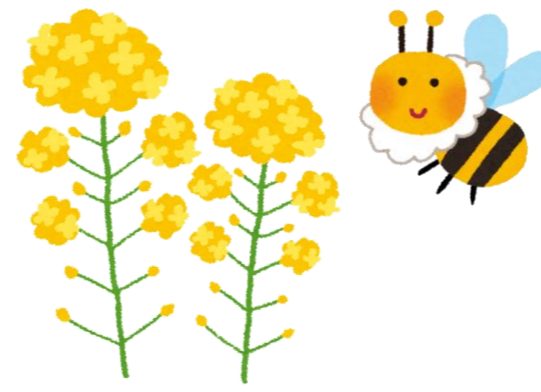
日曜日	献立名	食物の種類と体内での働き			エネルギー 中・高等部 小学部
		血・肉・骨になるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの	
1 きん 金	桃の節句献立				738 Kcal
	おいわいらしずし			ごはん	626 Kcal
	にしめぐ		かんぴょう、にんじん、ごぼう、 たけのこ、れんこん、ほししいたけ	さとう	
	マグロとえだまめのそぼろに	まぐろサラダあぶらづけ	えだまめ	さとう	
	きんしたまご	たまご		さとう、でんぷん、あぶら	
	なのはなとキャベツのあえもの		キャベツ、なばな	さとう	
	とうふとこまつなのすましじる	とうふ、わかめ	にんじん、こまつな、たまねぎ、 えのき		
さんしょくはなゼリー	とうにゅうかこうしょくひん	ももかじゅう、りんごかじゅう	さとう		
4 げつ 月	ごはん			ごはん	700 Kcal
	てりやきチキン	とりにく		さとう、でんぷん	594 Kcal
	ひじきとほうれんそうのサラダ	ひじき	ほうれんそう、キャベツ、にんじん	あぶら、さとう、みずあめ、ごま	
	こまつなのみそ汁	とうふ、あぶらあげ、みそ	だいこん、えのき、こまつな、ごぼう、 たまねぎ	じゃがいも	
5 か 火	ナン			ナン	731 Kcal
	キーマカレー	ぶたひきにく、だいず	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、 しょうが、トマト、グリーンピース、しめじ	アレルギーフリーカレーフレック、 あぶら	621 Kcal
	だいこんとキャベツのコンソメスープ	ポークウインナー	コーン、はくさい、だいこん、キャベツ、 にんじん、ほうれんそう		
	メロンゼリーいりフルーツポンチ		パイナップル、みかん、メロンペースト	さとう、こなあめ	
6 すい 水	卒業おめでとう献立				726 Kcal
	ごはん			ごはん	616 Kcal
	ユーリンチー	とりにく	ねぎ、しょうが	でんぷん、あぶら、さとう、 ごまあぶら	
	キャベツのゆかりあえ		ほうれんそう、キャベツ、あかしそ	さとう	
	たこボールともずくのスープ	たこ、たら、もずく	にんじん、えのき、たまねぎ、 チンゲンサイ	でんぷん、さとう	
	おいわいイチゴゼリー	とうにゅうかこうしょくひん	いちご、いちごかじゅう	さとう、みずあめ	
7 もく 木	わかめごはん	わかめ		ごはん、さとう、ごま	650 Kcal
	せんぎりだいこんのもの	ぶたにく、ちくわ、こんぶ、 あぶらあげ	だいこん、にんじん		552 Kcal
	じゃがいもとたまねぎのみそじる	とうふ、みそ	ねぎ、たまねぎ、えのき	じゃがいも	
8 きん 金	ごはん			ごはん	742 Kcal
	さばのこうじづけやき	さば		こめこうじ	630 Kcal
	ほうれんそうともやしののりずあえ	のり、とりささみ	にんじん、もやし、ほうれんそう、 コーン	さとう、あぶら、でんぷん	
	いもに	ぶたにく	にんじん、しらたき、ねぎ	さといも、さとう	

※牛乳は毎日つきます。

※材料の都合により、献立を一部変更することがあります。



令和5年度 3月学校給食予定献立表



＜今月の目標＞
食生活を振り返ろう

愛知県立ひいらぎ特別支援学校

日	曜	献立名	食物の種類と体内での働き			エネルギー 中・高等部 小学部
			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	
11	月	卒業おめでとう献立	🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸			755 Kcal
		ごはん			ごはん	641 Kcal
		はながたとうふハンバーグ	とりにく、とうふ、おから	たまねぎ、にんじん、にんにく、しょうが	あぶら、さとう、でんぷん	
		やさいあん		たまねぎ、もやし、にんじん、いんげん、えのき	さとう、でんぷん	
		キャベツとブロッコリーのおかかあえ	まぐろけずりぶし	ブロッコリー、キャベツ		
		さつまいものみそしる	わかめ、みそ、あぶらあげ	しめじ、だいこん、にんじん	さつまいも	
さくらもちふうデザート		えんどうさくらははふんまつ	こなあめ、さとう、もちこ、あぶら、ぶどうとう、しろあん、みずあめ			
12	火	はっちょうみそぶたどん	ぶたにく、みそ	たまねぎ、しらたき、ねぎ、しょうが	ごはん	652 Kcal
		れんこんとキャベツのさっぱりレモンあえ		キャベツ、れんこん、コーン、レモンかじゅう	さとう	553 Kcal
		なまあげとはくさいのしるもの	なまあげ	にんじん、えのき、ごぼう、はくさい、しょうが		
13	水	ごはん			ごはん	654 Kcal
		えびしゅうまい	えび、たらすりみ	たまねぎ、にんじん	でんぷん、パンこ、ラード、さとう、こむぎこ	555 Kcal
		もやしとほうれんそうのナムル		もやし、ほうれんそう、にんじん、にんにく	ごま、ごまあぶら	
		はっぼうさい	ぶたにく	たけのこ、はくさい、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ほししいたけ	さとう、あぶら、ごまあぶら、でんぷん	
14	木	ごはん			ごはん	779 Kcal
		とりひきにくとやさいのうまに	とりひきにく、ちくわ	にんじん、ごぼう、たまねぎ、いんげん	じゃがいも、さとう、あぶら	661 Kcal
		キャベツともやしのわふうカレースープ	あぶらあげ	えのき、もやし、キャベツ、ねぎ	アレルギーフリーカレーフレーク	
		がまごおりみかんゼリー		みかんかじゅう	さとう	
15	金	ごはん			ごはん	786 Kcal
		メンチカツ	とりにく、ぶたにく	たまねぎ、にんにく、しょうが	ラード、でんぷん、さとう、あぶら	667 Kcal
		キャベツとオクラのごまあえ		キャベツ、オクラ	ごま、さとう	
		ぶたじる	ぶたにく、みそ、とうふ	だいこん、こんにゃく、たまねぎ、ねぎ、ごぼう	じゃがいも	
18	月	すきやきどん	ぎゅうにく、やきとうふ	にんじん、はくさい、たまねぎ、ねぎ、えのき、しらたき	ごはん、さとう、あぶら	764 Kcal
		ほうれんそうとブロッコリーのあえもの		ほうれんそう、ブロッコリー	さとう	649 Kcal
		じゃがいもとだいこんのみそしる	わかめ、あぶらあげ、みそ	こまつな、しめじ、たまねぎ、だいこん	じゃがいも	
		ソフトクリームヨーグルト	だっしふんにゅう、クリーム、ぜんじゅうふん、かんてん		かとうれんにゅう、さとう	

※牛乳は毎日つきます。

※材料の都合により、献立を一部変更することがあります。

