

令和6年度 9月学校給食予定献立表



＜今月の目標＞  
規則正しい食生活について考えよう

愛知県立ひらぎ特別支援学校

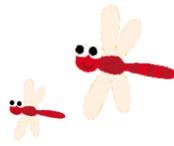
日曜日	献立名	食物の種類と体内での働き			エネルギー 中・高等部 小学部
		血・肉・骨になるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの	
3	マーボーどん	とうふ、みそ、 ぶたひきにく	にんじん、たまねぎ、ねぎ、しょうが、 にんにく	ごはん、さとう、ごまあぶら、 でんぷん	686 Kcal
	きゅうりとパプリカのはるさめサラダ		パプリカ、きゅうり	りよくとうはるさめ、さとう、 ごまあぶら	582 Kcal
	キャベツとはくさいのちゅうかスープ		コーン、キャベツ、もやし、はくさい、 えのき	ごまあぶら	
4	ごはん			ごはん	767 Kcal
	とりにくとやさいのうまに	とりにく、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	651 Kcal
	なすとこまつなのみそしる	あぶらあげ、とうふ、 わかめ、みそ	だいこん、ねぎ、えのき、なす、 こまつな		
5	ごはん			さとう	
	いわしのしょうがに	いわし	しょうが	ごはん	690 Kcal
	ひじきのさっぱりあえ	ひじき	キャベツ、ほうれんそう、コーン、 にんじん	さとう、ごまあぶら	586 Kcal
6	れんこんとかぼちゃのぐだくさんじる	なまあげ	はくさい、こまつな、れんこん、 たまねぎ、だいこん、かぼちゃ		
	ごはん			ごはん	697 Kcal
	ぶたにくのしょうがやき	ぶたにく	たまねぎ、しょうが	ごまあぶら、でんぷん、 ごま、でんぷん	592 Kcal
9	ほうれんそうともやしのあえもの		ほうれんそう、キャベツ、もやし	さとう	
	ごはん			ごはん	629 Kcal
	ごんじる	あぶらあげ、みそ	えのき、こんにやく、こまつな、 ねぎ、ごぼう、にんじん	じゃがいも	534 Kcal
10	ごはん			ごはん	629 Kcal
	チンジャオロース	ぶたにく	ピーマン、パプリカ、たけのこ、しょうが	でんぷん、さとう、あぶら、 ごまあぶら、みずあめ	534 Kcal
	もやしとチンゲンサイのちゅうかスープ		ほししいたけ、コーン、チンゲンサイ、 もやし、にんじん、にら、えのき		
10	ぼうさいこんだて <b>防災献立</b>				800 Kcal
	さけわかめごはん	さけ、わかめ		ごはん、ごま、あぶら、さとう	679 Kcal
	ぶたにくとさつまいものいために	ぶたにく	しめじ、いんげん	さつまいも、さとう、あぶら	
	やさいたっぷりごじる	だいた、なまあげ	たまねぎ、だいこん、にんじん、 ごぼう、こまつな		
11	がまごおりみかんプチゼリー		うんしゅうみかん	さとう	
	ごはん			ごはん	702 Kcal
	とりにくのからあげとやさいのあまずいため	とりにく	しょうが、たまねぎ、にんじん、 ピーマン、ほししいたけ	でんぷん、あぶら、さとう	596 Kcal
12	キャベツとだいこんのみそしる	とうふ、みそ、わかめ	だいこん、えのき、キャベツ、ねぎ、 こまつな		
	ミルクロールパン			ミルクロールパン	670 Kcal
	ポークチャップ	ぶたにく	たまねぎ、しめじ、トマト	あぶら、でんぷん	569 Kcal
13	マッシュポテト		たまねぎ	じゃがいも	
	たっぶりやさいスープ	とりにく	コーン、キャベツ、たまねぎ、 にんじん、ほうれんそう		
13	ごはん			ごはん	759 Kcal
	さばのみりんしょうゆやき	さば			644 Kcal
	もやしとほうれんそうののりずあえ	のり、とりささみ	パプリカ、もやし、ほうれんそう、 コーン	さとう、あぶら、でんぷん	
	とうがんじる	とりにく、なまあげ	とうがん、にんじん、ほししいたけ、 えだまめ	でんぷん	

※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。



※給食で初めて食べる食材等で心配なことがある場合は、御相談ください。



＜今月の目標＞  
規則正しい食生活について考えよう

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	
17	火	お月見献立 				666 Kcal
		ごはん			ごはん	565 Kcal
		とりももにくのうめてりやき	とりにく	ばいにく、あかしそ	さとう	
		キャベツとほうれんそうのごまあえ		いんげん、キャベツ、ほうれんそう	ごま、さとう	
		のっぺいじる	とうふ	ほししいたけ、だいこん、にんじん、ごぼう、しめじ、ねぎ	でんぷん	
		じゅうごやデザート	かんてん	うんしゅうみかんかじゅう、レモンかじゅう	さとう、みずあめ、あぶら	
18	水	ごはん			ごはん	758 Kcal
		ハンバーグ	とりにく、ぶたにく	たまねぎ	ラード、さとう、でんぷん	643 Kcal
		シャリアピンソース		たまねぎ、にんにく	さとう、バター、でんぷん	
		ブロッコリーとにんじんのソテー		にんじん、ブロッコリー	あぶら	
		ベーコンとやさいのトマトスープ	ベーコン	コーン、キャベツ、かぼちゃ、たまねぎ、いんげん、トマト		
19	木	カレーうどん	とりにく、あぶらあげ	たまねぎ、ねぎ、にんじん	しらたまうどん、でんぷん、アレルゲンフリーカレーフレーク	703 Kcal
		ごぼういりつくね	とりにく	たまねぎ、ごぼう、しょうが	ラード、でんぷん、さとう、あぶら	597 Kcal
		キャベツとほうれんそうのおかかあえ	まぐろぶし	いんげん、キャベツ、ほうれんそう		
20	金	さつまいもごはん			ごはん、さつまいも、ごま	688 Kcal
		ぶたすきやき	ぶたにく、やきとうふ	えのき、にんじん、はくさい、たまねぎ、ねぎ、しらたき	さとう、あぶら	584 Kcal
		こまつなサラダ	まぐろサラダあぶらづけ	こまつな、レモンかじゅう、あおじそ	みずあめ、さとう	
24	火	ごはん			ごはん	655 Kcal
		こめこのホキフライ	ホキ		こめこ、あぶら	556 Kcal
		わふうやさいあん		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	
		キャベツのこんぶあえ	しおこんぶ	キャベツ	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、はくさい、ねぎ、ごぼう	じゃがいも	
25	水	ごはん			ごはん	691 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		587 Kcal
		じゃがいもとたまねぎのみそしる	とうふ、みそ	ねぎ、たまねぎ、えのき	じゃがいも	
		マスカットゼリーポンチ		マスカットかじゅう、りんごかじゅう、パイナップル、おうとう	さとう	
26	木	クロロールパン			クロロールパン	725 Kcal
		メンチカツ	とりにく、ぶたにく	たまねぎ、しょうが、にんにく	ラード、さとう、でんぷん、あぶら、こめこ	615 Kcal
		コールスローサラダ	たらすりみ	ブロッコリー、パプリカ、キャベツ、たまねぎ、コーン、レモンかじゅう、パイナップルかじゅう	さとう、でんぷん、みずあめ	
		こまつなどはくさいのスープに	とりにく、ちくわ	たまねぎ、しめじ、はくさい、こまつな		
27	金	ごはん			ごはん	691 Kcal
		さんまぎんがみやき	さんま、みそ		さとう、こめこ	587 Kcal
		はくさいとほうれんそうのからしあえ		しめじ、はくさい、ほうれんそう		
		いもに	ぶたにく	にんじん、しらたき、ねぎ	さといも、さとう	
30	月	ごはん			ごはん	665 Kcal
		かんこくにくじゃが	ぶたにく	にんじん、にんにく、しょうが、もやし、にら、たまねぎ、しらたき	じゃがいも、ごまあぶら、さとう、ごま	564 Kcal
		ごもくはるさめスープ		きくらげ、コーン、チンゲンサイ、はくさい、キャベツ、えのき、にんじん	りよくとうはるさめ	

※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。

※給食で初めて食べる食材等で心配なことがある場合は、御相談ください。