

令和6年度 10月学校給食予定献立表



＜今月の目標＞
食べ物の働きについて知ろう

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 | |
|----|---|--------------------|-------------------|--|--------------------------|-------|------|
| | | | 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 | 中・高等部 | 小学部 |
| 1 | 火 | ごはん | | | ごはん | 759 | Kcal |
| | | さといもとごぼうのカレー | ぶたにく | ごぼう、たまねぎ、にんじん、しめじ、にんにく、しょうが | さといも、あぶら、アレルゲンフリーカレーフレーク | 644 | Kcal |
| | | おんやさいサラダ | とりささみ | キャベツ、パプリカ、ほうれんそう、コーン、ブロッコリー、あおじそ、レモンかじゅう | さとう、みずあめ、あぶら、でんぷん | | |
| | | いちごゼリーいりフルーツポンチ | | いちごペースト、パイン、おうとう | さとう | | |
| 2 | 水 | ごはん | | | ごはん | 622 | Kcal |
| | | だいこんとぶたにくのみそに | ぶたにく、みそ | だいこん、こんにゃく、にんじん、いんげん | あぶら、さとう | 528 | Kcal |
| | | なまあげとはくさいのしるもの | なまあげ | たまねぎ、えのき、こまつな、はくさい、しょうが | | | |
| 3 | 木 | ごはん | | | ごはん | 676 | Kcal |
| | | とりにくのからあげレモンソース | とりにく | レモンかじゅう | でんぷん、あぶら、さとう | 574 | Kcal |
| | | キャベツとれんこんのゆかりあえ | | れんこん、キャベツ、きゅうり、あかしそ | さとう | | |
| | | だいこんとこまつなのみそしる | とうふ、あぶらあげ、みそ | たまねぎ、ごぼう、だいこん、えのき、こまつな、にんじん | | | |
| 4 | 金 | ごはん | | | ごはん | 661 | Kcal |
| | | いわしのうめに | まいわし | ばいにく、あかしそ | さとう、でんぷん | 561 | Kcal |
| | | キャベツといんげんのごまあえ | | いんげん、キャベツ、ほうれんそう | ごま、さとう | | |
| | | けんちんじる | とうふ | こんにゃく、だいこん、ごぼう、ねぎ、にんじん、たまねぎ、ほししいたけ | さといも、ごまあぶら、でんぷん | | |
| 7 | 月 | ごはん | | | ごはん | 640 | Kcal |
| | | あいちけんさんしよくざいりにくだんご | とりにく、だいず、ぶたにく、とうふ | たまねぎ、れんこん、しょうが | ラード、あぶら、でんぷん、さとう | 543 | Kcal |
| | | はくさいのおかかあえ | まぐろぶし | キャベツ、はくさい | | | |
| | | さつまいものみそしる | わかめ、みそ、とうふ、あぶらあげ | しめじ、だいこん、にんじん、ねぎ | さつまいも | | |
| 8 | 火 | ごはん | | | ごはん | 631 | Kcal |
| | | こめこのチキンカツ | とりにく | | こめこ、こめこパンこ | 536 | Kcal |
| | | あまみそだれ | みそ | | さとう | | |
| | | ほうれんそうとえのきのおひたし | | ほうれんそう、えのき | さとう | | |
| | | みぞれじる | とりにく | ごぼう、にんじん、しめじ、みずな、だいこん、ねぎ | でんぷん | | |
| 9 | 水 | あきのかおりごはん | とりにく、あぶらあげ | にんじん、しめじ、ほししいたけ、えだまめ | ごはん、くり、さとう | 623 | Kcal |
| | | かぼちゃのそぼろに | とりひきにく | かぼちゃ、いんげん | さとう | 529 | Kcal |
| | | 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 | | | |
| 10 | 木 | 目の愛護デー献立 | | | | 611 | Kcal |
| | | ごはん | | | ごはん | 519 | Kcal |
| | | さけのオニオンマヨネーズやき | さけ | たまねぎ、パプリカ | ノンエッグマヨネーズ | | |
| | | ブロッコリーとコーンのカレーいため | | ブロッコリー、コーン | あぶら | | |
| 11 | 金 | なすとなまあげのみそしる | なまあげ、みそ | にんじん、しめじ、なす、こまつな、だいこん | | | |
| | | あいちのこめこパン | | | あいちのこめこパン50 | 692 | Kcal |
| | | ミートボールのトマトに | ぶたにく、とりにく | かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、しめじ、にんにく、トマト | でんぷん、みずあめ、あぶら | 587 | Kcal |
| 15 | 火 | さワーキャベツ | | キャベツ、きゅうり、コーン、レモンかじゅう | | | |
| | | ごはん | | | ごはん | 639 | Kcal |
| | | あいちけんさんしそいりこめこぎょうざ | ぶたにく、だいず | きゃべつ、にら、しょうが、おおば | こめこ、でんぷん、あぶら、ラード | 542 | Kcal |
| 16 | 水 | 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 | | |
| | | ごはん | | | ごはん | 681 | Kcal |
| 16 | 水 | だいこんとぶたにくのところに | ぶたにく | だいこん、にんじん、ほししいたけ、いんげん | さとう、あぶら、でんぷん | 578 | Kcal |
| | | とうふとごぼうのみそしる | あぶらあげ、みそ、とうふ | ごぼう、えのき、ねぎ、たまねぎ | じゃがいも | | |
| | | | | | | | |

※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。



令和6年度 10月学校給食予定献立表



＜今月の目標＞
食べ物の働きについて知ろう

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 | |
| 17 | 木 | ソフトめん | | | ソフトめん | 779 Kcal |
| | | ミートソース | ぎゅうひきにく、 ぶたひきにく、だいず | にんじん、たまねぎ、ピーマン、しめじ、 しょうが、にんにく、トマト | あぶら、こめこのハヤシルウ、 デミグラスソース | 661 Kcal |
| | | きりぼしだいこんとツナのサラダ | まぐろサラダあぶらづけ | きりぼしだいこん、にんじん、きゅうり、 もやし | ごまあぶら、さとう | |
| | | マスカットゼリー | | ぶどうかじゅう | さとう、みずあめ、かとう | |
| 18 | 金 | ごはん | | | ごはん | 698 Kcal |
| | | さばのこうじづけやき | さば | | こめこうじ | 593 Kcal |
| | | キャベツとほうれんそうのあえもの | | キャベツ、もやし、ほうれんそう | さとう | |
| | | なめこのみそしる | あぶらあげ、とうふ、 みそ | えのき、なめこ、しめじ、だいこん、 こまつな、ねぎ、にんじん | | |
| 21 | 月 | ごはん | | | ごはん | 722 Kcal |
| | | ツナじゃが | マグロサラダあぶらづけ | にんじん、ごぼう、たまねぎ、いんげん、 しらたき | じゃがいも、さとう、あぶら | 613 Kcal |
| | | 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 | |
| | | | | | | |
| 22 | 火 | ごはん | | | ごはん | 623 Kcal |
| | | とりももにくのオイスターやき | とりにく、トウバンジャン | にんにく、しょうが | ごまあぶら | 529 Kcal |
| | | ブロッコリーときゅうりのこんぶあえ | しおこんぶ | ブロッコリー、パプリカ、きゅうり | ごまあぶら | |
| | | チンゲンサイとたまごのスープ | たまご、とうふ | にんじん、はくさい、チンゲンサイ、 コーン、ほししいたけ | でんぷん | |
| 23 | 水 | ごはん | | | ごはん | 624 Kcal |
| | | とうふハンバーグ | とりにく、とうふ | たまねぎ | ラード、でんぷん、さとう | 530 Kcal |
| | | おおばおろしソース | | だいこん、おおば | さとう、でんぷん | |
| | | ほうれんそうとブロッコリーのおひたし | | ほうれんそう、ブロッコリー | さとう | |
| 24 | 木 | クロロールパン | | | クロロールパン | 733 Kcal |
| | | チキンフライのケチャップソテー | とりにく | にんにく | さとう、でんぷん、あぶら、 はちみつ | 622 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、パプリカ | あぶら、さとう、みずあめ、 ごま | |
| | | ウインナーとじゃがいものスープに | ウインナー | たまねぎ、ブロッコリー、しめじ、 コーン、にんじん | じゃがいも | |
| 25 | 金 | さつまいもごはん | | | ごはん、さつまいも、ごま | 681 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 | 578 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 | |
| 28 | 月 | ごはん | | | ごはん | 672 Kcal |
| | | あつあげのマーボーいため | ぶたひきにく、みそ、だいず、なま あげ、トウバンジャン | たけのこ、しょうが、たまねぎ、 にんじん、ねぎ | あぶら、でんぷん、ごまあぶら | 570 Kcal |
| | | ごもくやさいスープ | | ほししいたけ、コーン、チンゲンサイ、 もやし、にら、えのき、にんじん | | |
| 29 | 火 | ごはん | | | ごはん | 723 Kcal |
| | | いわしのしょうがに | まいわし | しょうが | さとう、でんぷん | 614 Kcal |
| | | はくさいとほうれんそうのあえもの | | しめじ、はくさい、ほうれんそう | | |
| | | うずらたまごいりおでん | うずらたまご、ちくわ、こんぶ、 だいず、すけそうだら、あかもく | こんにやく、にんじん、だいこん、 ごぼう、ひじき、れんこん | あぶら、さとう | |
| 30 | 水 | ごはん | | | ごはん | 668 Kcal |
| | | レバーいりつくね | とりにく、とりかわ、 とりレバー | たまねぎ | でんぷん、こめこパンこ、 あぶら、さとう | 567 Kcal |
| | | もやしとほうれんそうのりずあえ | 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 | |
| | | ぶたじる | ぶたにく、みそ、あぶらあげ | にんじん、だいこん、こんにやく、 ごぼう、ねぎ | さといも | |
| 31 | 木 | ハロウィン献立 | | | | 805 Kcal |
| | | ごはん | | | ごはん | 683 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 | |
| | | つけあわせサラダ | | ほうれんそう、パプリカ、キャベツ、 ブロッコリー、たまねぎ、しょうが、にんにく | さとう、みずあめ、あぶら | |
| | | かぼちゃいりホワイトチャウダー | とりにく、ぎゅうにゅう | にんじん、たまねぎ、しめじ、はくさい、 キャベツ、コーン、かぼちゃ | こめこのホワイトルウ | |
| パンプキンパバロア | とうにゅう | かぼちゃペースト | さとう、みずあめ | | | |

※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。

