



＜今月の目標＞
よくかんで、ゆっくり食べよう

愛知県立ひらぎ特別支援学校

| 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 | |
| 1 | 金 | ごはん | | | ごはん | 697 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 | 592 Kcal |
| | | 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 | | |
| | | | | | | |
| 5 | 火 | ぶたにくとにらのスタミナどん | ぶたにく | しょうが、にんにく、もやし、にんじん、にら、たけのこ | ごはん、あぶら、でんぷん、ごまあぶら | 672 Kcal |
| | | わかめととうふのスープ | わかめ、とうふ | たまねぎ、ほししいたけ、えのき | ごまあぶら、ごま | 570 Kcal |
| | | がまごおりみかんゼリーポンチ | | パイン、おうとう、みかんかじゅう | さとう | |
| | | | | | | |
| 6 | 水 | なめし | | こまつな | ごはん、ごま、ごまあぶら | 696 Kcal |
| | | にみそ | ぶたにく、みそ、こんぶ | だいこん、ごぼう、こんにゃく、にんじん、ねぎ、いんげん | あぶら、さとも、さとう | 591 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、はくさい、しょうが | | |
| | | | | | | |
| 7 | 木 | ミルクロールパン | | | ミルクロールパン | 641 Kcal |
| | | とりももにくのバーベキューやき | とりにく | しょうが、にんにく | はちみつ | 544 Kcal |
| | | ポテトソテー | | いんげん、コーン | じゃがいも、あぶら | |
| | | ウインナーとやさいのコンソメスープ | ぶたにく | キャベツ、たまねぎ、にんじん、はくさい、こまつな | でんぷん、さとう | |
| 8 | 金 | いい歯の日献立 | | | | 673 Kcal |
| | | ごはん | | | ごはん | 571 Kcal |
| | | さばのはちょうみそに | さば、みそ | | さとう | |
| | | かみかみレンコンサラダ | | キャベツ、れんこん、ブロッコリー、コーン、あおじそ、えだまめ、ほうれんそう、レモンかじゅう | さとう、みずあめ | |
| | | こんさいたっぷりけんちんじる | とうふ | こんにゃく、だいこん、ごぼう、ねぎ、にんじん、ほししいたけ | さとも、ごまあぶら、でんぷん | |
| 9 | 土 | ぶたにくとたまねぎのカレーライス | ぶたにく | たまねぎ、にんじん、しめじ、にんにく、しょうが、トマト | ごはん、あぶら、アレルギーフリーカレーフレック | 777 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、ほうれんそう、もやし | ごまあぶら、さとう | 660 Kcal |
| | | ももゼリー | | ピーチピューレ、ももかじゅう | みずあめ | |
| | | | | | | |
| 12 | 火 | ごはん | | | ごはん | 727 Kcal |
| | | とりもも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 | 617 Kcal |
| | | いわしのつみれだんごじる | たらすりみ、いわし、なまあげ | しょうが、にんじん、だいこん、はくさい、えのき、ねぎ | でんぷん、さとう | |
| | | | | | | |
| 13 | 水 | サンドイッチバンズ | | | サンドイッチバンズ | 710 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 | 603 Kcal |
| | | スパイシーソース | | たまねぎ、トマト | | |
| | | そえやさい | | ほうれんそう、にんじん、キャベツ、ブロッコリー、たまねぎ、あかピーマン、しょうが、にんにく | さとう、みずあめ、あぶら | |
| | | とりにくとだいこんのコンソメスープ | とりにく | コーン、はくさい、だいこん、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう | | |
| 14 | 木 | ごはん | | | ごはん | 664 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 | 564 Kcal |
| | | 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 | |
| | | 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 | | |
| 15 | 金 | は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 | 630 Kcal |
| | | キャベツとれんこん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 | 535 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 | | |
| | | | | | | |

※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 11月学校給食予定献立表



＜今月の目標＞
よくかんで、ゆっくり食べよう

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 | |
| 18 | 月 | ごはん | | | ごはん | 688 Kcal |
| | | こめこのコロッケ | ぎゅうにく、ぶたにく | たまねぎ、にんじん、パセリ | さとう、こめこパンこ、こめこ、でんぷん、あぶら、じゃがいも | 584 Kcal |
| | | 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 | |
| | | なまあげとかぼちゃのしろみそしる | なまあげ、みそ | しめじ、はくさい、たまねぎ、こまつな、かぼちゃ、にんじん | | |
| 19 | 火 | 愛知の秋を食べる学校給食の日 | | | | 706 Kcal |
| | | ごはん | | | ごはん | 599 Kcal |
| | | あいちのとうふステーキ | とうふ、すけそうだら、ひじき、にぼしこ | キャベツ、にんじん、ほうれんそう、たまねぎ | さとう、でんぷん、あぶら | |
| | | わふうきのソース | | たまねぎ、しめじ、えのき | さとう、あぶら、でんぷん | |
| | | さつまいもとにんじんのサラダ | | にんじん、いんげん、レモンかじゅう、パイナップルかじゅう | さつまいも、さとう、みずあめ、でんぷん | |
| なすとこまつなのみそしる | あぶらあげ、わかめ、みそ | だいこん、ねぎ、なす、こまつな | | | | |
| 20 | 水 | ごはん | | | ごはん | 651 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 | 553 Kcal |
| | | 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 | |
| | | ひきずり | とりにく、やきどうふ | みつば、はくさい、たまねぎ、ねぎ、しめじ、しらたき、にんじん | さとう、あぶら | |
| 21 | 木 | とうにゅうチャンポンめん | ぶたにく、ちくわ、とうにゅう | キャベツ、はくさい、たまねぎ、しょうが、ほししいたけ、ねぎ、にんじん | ちゅうかめん、ごまあぶら | 657 Kcal |
| | | にんじんしゅうまい | ぎよにくすりみ、とうふ、だいたこ | たまねぎ、にんじんペースト、しょうが | こむぎこ、あぶら、さとう、でんぷん | 558 Kcal |
| | | もやしとチンゲンサイのちゅうかあえ | | もやし、チンゲンサイ、きゅうり | ごまあぶら、さとう | |
| 22 | 金 | ごはん | | | ごはん | 710 Kcal |
| | | うずらたまごいりみそおでん | うずらたまご、ちくわ、なまあげ、みそ、こんぶ | こんにやく、だいこん、にんじん | さといも、さとう | 603 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 | |
| | | ぶどうゼリー | | ぶどうかじゅう | かとう、さとう、でんぷん | |
| 26 | 火 | ごはん | | | ごはん | 677 Kcal |
| | | にくじゃが | ぶたにく | たまねぎ、いんげん、にんじん、しらたき | じゃがいも、さとう、あぶら | 575 Kcal |
| | | かぶのくずじる | なまあげ | こまつな、かぶ、にんじん、しめじ | でんぷん | |
| 27 | 水 | クロロールパン | | | クロロールパン | 727 Kcal |
| | | ポークビーンズ | ぶたにく、だいたこ | にんじん、たまねぎ、しめじ、トマト | じゃがいも、あぶら、こめこのハヤシルウ | 617 Kcal |
| | | コールスローサラダ | たらすりみ | ブロッコリー、にんじん、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 | |
| | | ココアムース | だっしふんにゅう | | みずあめ、ホイップクリーム、ココア | |
| 28 | 木 | ごはん | | | ごはん | 741 Kcal |
| | | さばのたつたあげ | さば | | でんぷん、あぶら | 629 Kcal |
| | | おろしあんかけソース | | だいこん | さとう | |
| | | 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 | |
| | | ぶたじる | ぶたにく、みそ、あぶらあげ、とうふ | にんじん、たまねぎ、こんにやく、ごぼう、ねぎ | じゃがいも | |
| 29 | 金 | だいたこひじきごはん | ひじき、だいたこ | にんじん | ごはん | 679 Kcal |
| | | あつやきたまご | たまご | | さとう、でんぷん、あぶら | 576 Kcal |
| | | キャベツといんげんのときあえ | まぐろぶし | キャベツ、いんげん | | |
| | | 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、ねぎ | さつまいも | |

太文字は、愛知県産食材です。



※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。

