

令和7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	
2	月	ごはん			ごはん	678 Kcal
		いわしのしょうがに	いわし	しょうが	さとう、でんぷん	576 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	
		じゃがいもたまねぎのみそしる	あぶらあげ	こまつな、ねぎ、にんじん、えのき、たまねぎ	じゃがいも、みそ	
3	火	桃の節句献立				729 Kcal
		おいわいらしずし			ごはん	619 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からしあえ		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		
4	水	卒業おめでとう献立				766 Kcal
		ごはん			ごはん	650 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	
		ブロッコリーときゅうりのしおこんぶあえ	しおこんぶ	ブロッコリー、にんじん、きゅうり	ごまあぶら	
		どさんこじる	ぶたにく、わかめ、あぶらあげ	コーン、たまねぎ、ねぎ、ごぼう、にんじん	じゃがいも	
5	木	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	682 Kcal
		ごもくちゅうかスープ		ほししいたけ、コーン、チンゲンサイ、もやし、にら、えのき、にんじん		579 Kcal
		あんりんフルーツ	とうにゅう	おうとう、パイナップル	さとう	
6	金	なめし		こまつな	ごはん、ごま、ごまあぶら	677 Kcal
		ぶたにくとだいこんのみそに	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	575 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、ごぼう		
9	月	卒業おめでとう献立				764 Kcal
		ごはん			ごはん	649 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	
		オニオンソース		たまねぎ、にんにく	さとう、でんぷん	
		つけあわせサラダ		ほうれんそう、にんじん、キャベツ、たまねぎ、ブロッコリー、あかピーマン、しょうが、にんにく	さとう、みずあめ、あぶら	
ホワイトチャウダー	とりにく、ぎゅうにゅう	いんげん、たまねぎ、しめじ、はくさい、コーン	こめこのホワイトルウ、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場合は、御相談ください。



令和7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	
10	火	ごはん			ごはん	625 Kcal
		いわしのはちょうみそに	いわし、みそ	ねぎ	さとう	531 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	
		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	さといも、でんぷん	
11	水	ごはん			ごはん	641 Kcal
		あいちけんさんしそいりこめこぎょうぎ	ぶたにく、だいず	キャベツ、にら、しょうが、おおば	こめこ、でんぷん、あぶら、ラード、みずあめ	544 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	
12	木	クロロールパン			クロロールパン	716 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	608 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	
		がまごおりみかんプチゼリー		うんしゅうみかん	さとう	
13	金	ごはん			ごはん	697 Kcal
		てりやきチキン	とりにく		さとう、でんぷん	592 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	
		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、たまねぎ	さつまいも	
16	月	ポークカレーライス	ぶたにく	たまねぎ、にんじん、トマト、にんにく、しょうが	ごはん、じゃがいも、あぶら、アレルギーフリーカレーフレーク	729 Kcal
		おんやさいサラダ	まぐろサラダあぶらづけ	キャベツ、ブロッコリー、ほうれんそう、コーン、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	619 Kcal
		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	
17	火	ごはん			ごはん	630 Kcal
		とりももにくとだいこんのバターしょうゆに	とりにく	だいこん、にんじん、ブロッコリー、ほししいたけ	さとう、バター	535 Kcal
		ごんじる	あぶらあげ、みそ	えのき、こんにゃく、こまつな、たまねぎ、ねぎ、れんこん		
18	水	すきやきどん	ぶたにく、やきどうふ	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	645 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		548 Kcal
		こまつなのみそしる	わかめ、あぶらあげ	こまつな、しめじ、ごぼう、だいこん	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。