

令和6年度 5月秋立美

<u>,</u>,



こんげっ もくひょう 今月の目標 じょうず はいぜん 上手に配膳

あいちけんりつはんだとくべつしえんがっこう愛知県ウ半田特別支援学校

			が、一般になる		かなかま	みどり なかま 緑の仲間	変 矢 *黄の仲間	中間特別支援学校 エネルギー kcal	
日日	曜 -	しゅしょく 主食	新五石 副	食	かり作画をからいであるもの	がらだ ちょうし ととの 体の調子を整えるもの	類やがのもとになるもの	脂	ぱく質 g 質 g
		土艮		く こんだて				しょう	中・高
			持行の節句献立		5月5日は端午の節句です。 今では「こどもの日」とも言われ、子どもの健康・成長を祈る日となっています。 グ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・				
1		ごはん	こどもの日ちらし寿司		まぐろ、卵	かんぴょう、にんじん、ごぼう、たけのこ、	ごはん、砂糖、でん粉	533 Kcal	799 Kcal
	水					乾ししいたけ、枝豆	こはん、砂格、(んか)		
			ぎゅうにゅう 牛乳 じる		きゅうにゅう 牛乳		,3,	20.7 g	31.0 g
			数のすまし汁		とうふ 豆腐 あずき	えのき、ねぎ、にんじん、こまつな	きょう じょうしんこ	15.3 g	22.9 g
			こどもの日かしわもち		あずき 小豆 ぎゅうにゅう		砂糖、上新粉	405	742
2 7		ごはん	ぎゅうにゅう牛乳		きゅうにゅう牛乳	たまねぎ、大根、ごぼう、にんじん、	ごはん	495 Kcal	742 Kcal
	木		生麩入りみそ煮		豚肉、みそ	いんげん、ねぎ	生麩、さといも、こんにゃく、砂糖、菜種油	20.0 g	30.0 g
			キャベツとにんじんの均	ま 温こんぶ和え	しおこんぶ 塩 <mark>昆布</mark>	にんじん、キャベツ		9.6 g	14.4 g
		ごはん	豚肉とにらのスタミナギ	ん 中	ぶたにく 豚肉	しょうが、にんにく、もやし、にんじん、にら	ごはん、菜種油、でん粉、ごま油、砂糖	409 Kcal	613 Kcal
7	火		ぎゅうにゅう牛乳		ぎゅうにゅう 牛乳			17.9 g	26.9 g
			すまし汁		豆腐、わかめ	にんじん、しめじ、ねぎ		9.7 g	14.5 g
8			オープンメンチカツサン	ぎゅうにゅう ノド、牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳		バンズパン		
		バンズパン	「メンチカツ		とりにく、ぶたにく 鶏肉、豚肉	たまねぎ、しょうが、にんにく	さとう 砂糖、でん粉、米粉、大豆油	527 _{Kcal}	790 Kcal
	すい 水	X	ちゅうのう中濃ソース			トマト、りんご、にんじん	が糖、でん粉	19.2 g	28.8 g
			キャベツソテー			キャベツ	なたねあぶら菜種油	20.5 g	30.7 _g
			やさい 野菜スープ		チキンハム	たまねぎ、にんじん、こまつな	じゃがいも		
			ミートソーススパゲティ	,	ぎゅうにく ぶたにく 牛肉、豚肉、チーズ	たまねぎ、にんじん、しめじ、にんにく、トマト、	ソフトめん、菜種油、ハヤシルウ、でん粉	522 _{Kcal}	783 Kcal
9	**木	ソフトめん				グリンピース		23.0 a	
			きゅうにゅう牛乳		きゅうにゅう牛乳		なたね_ あぶらさとう		34.5 g
			フレンチサラダ [*] _{ぎゅうにゅう}		ぎゅうにゅう	キャベツ、パプリカ、ブロッコリー、コーン	なたね あぶらさとう 菜種油、砂糖	15.5 g	23.2 g
			ぎゅうにゅう牛乳		きゅうにゅう牛乳		ごはん さとう みず ぷん だいず あぶら	4.5.1	676
	きん	ごはん	たらのみそマヨ包み		すけそうだら、みそ	き ぼ だいこん	砂糖、水あめ、でん粉、大豆油	451 Kcal	676 Kcal
10	金		はりはり漬け とうふ じる		とうふ、	にんじん、切り干し大根、こまつな	ごま、砂糖	18.1 g	27.1 g
			豆腐のすまし汁	2	豆腐、わかめ	えのき、にんじん、ねぎ	かとう えきとう	9.1 g	13.6 g
			プチフルーツゼリー(しきゅうにゅう	ゝちご) 個	ぎゅうにゅう	いちご、りんご	果糖ぶどう液糖	4. T. C.	7.1.0
	げつ 月	ごはん	きゅうにゅう牛乳		ぎゅうにゅう 牛乳 ぶたにく		なたわあぶら	479 Kcal	718 Kcal
13			ハヤシライス		豚肉	たまねぎ、にんじん、しめじ、いんげん、トマト	ごはん、菜種油、ハヤシルウ	16.8 g	25.2 g
			元気もりもりサラダ		ベーコン、塩昆布	キャベツ、ブロッコリー、にんじん、コーン		12.1 g	18.2 g
	か火	わかめごはん	ぎゅうにゅう 牛乳		きゅうにゅう牛乳	あお	わかめごはん こ ぷん だいずあぶら	444 Kcal	666 Kcal
14			青しそ入りアジフライはくさい		あじ	青しそ	パン粉、でん粉、大豆油	15.7 g	23.5 g
			白菜のおひたし			白菜、にんじん、ほうれん草		13.4 g	20.1 g
			大根とえのきのみそ汁		みそ *****	にんじん、えのきだけ、だいこん、ねぎ			
	す水	ごはん	ぎゅうにゅう牛乳		きゅうにゅう牛乳		ごはん		
			ごぼう入りつくね しょうがくぶ こ ちゅうがくぶ (小学部2個 中学部・	こうとうぶ こ高等部3個)	とりにく 鶏肉	ごぼう、たまねぎ、しょうが	パン粉、豚脂、砂糖	475 Kcal	713 Kcal
15			キャベツの昆布和え		はおこんぶ 塩昆布	にんじん、キャベツ		17.1 g	25.6 g
			こんさいじる 根菜汁		とりにく なまあ 鶏肉、生揚げ	にんじん、だいこん、れんこん、白菜、		13.0 g	19.5 g
			プチフルーツゼリー (青			りんご	かとう 果糖ぶどう液糖		
		りんごパン	ぎゅうにゅう牛乳	、 , · ~ 一 / 「III	ぎゅうにゅう 牛乳		りんごパン	503 Kcal	754 Kcal
			オニオンソースハンバ-	ー グ [*]	十九 ぎゅうにく ぶたにく とりにく 牛肉、豚肉、鶏肉	たまねぎ、にんにく	がんこハン さとう 砂糖、パン粉、でん粉	20.1 a	30 1
16	*<		ブロッコリーとパプリカ		」とは、ルかトウ、大河下ウ	コーン、ブロッコリー、パプリカ	が招、ハンが、(んが)	17.7 g	26.5 g
					ベーフン			9	g
			キャベツのスープ		ベーコン	たまねぎ、にんじん、キャベツ、きぬさや			



令和6年度 5月秋江美

| 19.1 g

13.7 g

28.6 g

20.6 g

ちょう		献立名	赤の仲間	みどり なかま 緑の仲間	黄の仲間	ロ県立半田特別支援学 エネルギー kcal たんぱく質 g	
ま よう 曜	しゅしょく 主食	割後	血・肉・骨になるもの	からだっちょうしくとの体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの	脂	質 g ^物 ·高
		ぎゅうにゅう牛乳	ぎゅうにゅう牛乳		ごはん	569 Kcal	853 Kcal
* /	ごはん	まーぼーどうふ、 麻婆豆腐	とうふ、ぶたにく豆腐、豚肉、みそ	にんじん、たまねぎ、ねぎ、しょうが、にんにく	さとう かぶら ぷん 砂糖、ごま油、でん粉	20.6 g	30.9 g
7 金		はるま 春巻き	ぶたにく 豚肉	キャベツ、もやし、にんじん、にら、エリンギ	さとう ぷんこむぎこ あぶどいずあぶら砂糖、でん粉、小麦粉、ごま油、大豆油	19.5 g	29.2 g
		大豆もやしとほうれん草のナムル		大豆もやし、にんじん、ほうれん草、にんにく	ごま油、ごま		
		ぶたどん 豚丼	ぶたにく 豚肉	たまねぎ、しょうが、乾ししいたけ	ごはん、砂糖、こんにゃく	427 Kcal	640 Kcal
:O げっ		ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳			17.8 g	26.7 g
		しょうゆ汁		しめじ、ほうれん草、大根、ねぎ		9.1 g	13.6 g
		ぎゅうにゅう牛乳	ぎゅうにゅう牛乳		ごはん	513 Kcal	769 Kcal
」が火	ごはん	いかフライのレモンソースがけ	しいか	レモン果汁	パン粉、でん粉、小麦粉、コーンフラワー、 さとうだいずあぶら 砂糖、大豆油	18.4 g	27.6 g
		わふうあひじきの和風和え	ひじき	キャベツ、にんじん、コーン	ごま	14.7 g	22.1 g
		たまねぎのみそ汁	あぶらあ油揚げ、みそ、豆腐	たまねぎ、にんじん、えのきだけ			
	ブリナ /	ぎゅうにゅう牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳		ごはん	421 Kcal	632 _{Kcal}
2 水		ぶたにく 豚肉とごぼうの生姜煮	ぶたにく 豚肉	にんじん、ごぼう、いんげん、しょうが	こんにゃく、砂糖	16.0 g	24.0 g
		けんちん汁	あぶらあ とうふ 油揚げ、豆腐	大根、れんこん、ねぎ	こんにゃく、ごま油、でん粉	10.1 g	15.2 g
	きん め 金芽	ぎゅうにゅう牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳		金芽ロウカット玄米ごはん	552 _{Kcal}	828 Kcal
3 ***	ロウカット	げんき 元気もりもりカレー	ぶたにく 豚肉	たまねぎ、にんじん、しょうが、にんにく	じゃがいも、菜種油、カレールウ	18.3 g	27.4 g
*	玄米ごはん	おんやさい温野菜サラダ	ささみ	キャベツ、パプリカ、ほうれん草、コーン		13.3 g	20.0 g
		ミルメーク(ココア味)			かとう えきとう さとう 果糖ぶどう液糖、砂糖		
		ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう牛乳			503 Kcal	754 Kcal
* sh * 金		野菜たっぷり塩ラーメン	ぶたにく 豚肉	キャベツ、たけのこ、にんじん、 ねぎ、コーン、たまねぎ、にんにく	ちゅうかいとうぶつゆし中華めん、動物油脂	19.9 g	29.8 g
並		えび入りしゅうまい しょうがくぶ こ ちゅうがくぶ こうとうぶ こ (小学部 I 個 中学部・高等部 2個)	えび、すけそうだら	たまねぎ、にんじん	でん粉、砂糖、小麦粉、豚脂、パン粉 みず だいずあぶら 水あめ、大豆油	12.4 g	18.6 g
		バンサンスー	チキンハム	きゅうり、もやし、にんじん	はるさめ、さとう あぶら 春雨、砂糖、ごま油		
	ごはん	野菜いっぱいプルコギ丼	豚肉、みそ	にら、にんじん、キャベツ、大豆もやし、りんご、 たまねぎ、しめじ、にんにく	砂糖、ごま、ごま油	474 Kcal	853 Kcal
7 月		ぎゅうにゅう牛乳	ぎゅうにゅう牛乳			19.2 g	27.4 g
		ちゅうかはるさめ 中華春雨スープ		にんじん、たけのこ、チンゲンサイ、ねぎ、コーン	はるさめ 春雨	12.5 g	17.7 g
	ひじきごはん	ひじきごはん	ちくわ、油揚げ、ひじき、鶏肉	にんじん	ごはん、砂糖	427 Kcal	640 Kcal
3 1		ぎゅうにゅう牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳			19.9 g	29.8 g
3 か火 		豚肉とたけのこの炒め煮	ぶたにく 豚肉	たけのこ、いんげん、しょうが	なたねあぶら さとう ぶん 菜種油、砂糖、でん粉	11.2 g	16.8 g
		じゃがいもとたまねぎのみそ汁	みそ	にんじん、えのき、ねぎ、たまねぎ	じゃがいも		
		ぎゅうにゅう牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳		ごはん	513 Kcal	769 Kcal
	ごはん	さばの銀紙焼き(みそ味)	さば、みそ		さとう 砂糖	21.6 g	32.4 g
7 水		キャベツとブロッコリーの辛し和え		キャベツ、ブロッコリー、にんじん	さとう 砂糖	13.1 g	19.7 g
		とりにく、やさい、ぐいいでいる。鶏肉と野菜の具だくさん汁	とりにくあぶらあとうふ鶏肉、油揚げ、豆腐	だいこん、たまねぎ、にんじん、ごぼう、ねぎ、 はくさい 白菜、しょうが			
	_{あいち} 愛知の	ぎゅうにゅう牛乳	ぎゅうにゅう牛乳		あいち こめこ 愛知の米粉パン	421 Kcal	632 Kcal
) 大 木	2 H 2	ミートボールの甘酢炒め	ぎゅうにくとりにく ぶたにく 牛肉、鶏肉、豚肉	たまねぎ、にんじん、たけのこ、ピーマン、 ほ 乾ししいたけ、トマト	だいずあぶらなたねあぶらさとう 大豆油、菜種油、砂糖、パン粉、 でん粉、パーム油	21.2 g	31.8 g
		ゼリー入りフルーツポンチ		パイナップル、黄桃、りんご、みかん、いちご	さとう 砂糖、ぶどう糖果糖液糖	18.5 g	27.7 g
		ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう牛乳		ごはん	475 Kcal	713 Kcal
 きん	ごはん	とりにく 鶏肉とじゃがいもの甘辛煮	とりにく鶏肉		じゃがいも、砂糖、でん粉、大豆油	19.8 g	29.7 g
l きん 金		ほうれん草ともやしののり酢和え	ささみ、焼きのり	にんじん、もやし、ほうれん草	砂糖	18.6 g	27.9 g
		ら 具だくさんみそ汁	わかめ、油揚げ、豆腐、みそ	にんじん、ごぼう、たまねぎ、えのき、ねぎ	こんにゃく		
きゅうし	よくぶっし こうにゅう 食物資購入の	つざう こんだて いちぶ へんこう つ都合により献立を一部変更で	することがあります。		平均	487 Kcal	⁷ 730 Kcal