

令和6年度 5月献立表

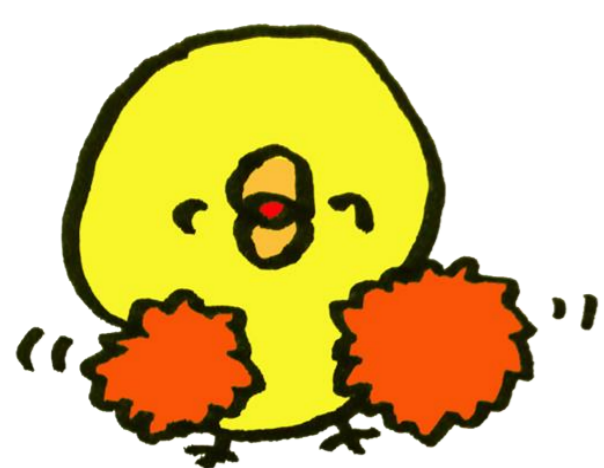


今月の目標
上手に配膳

愛知県立半田特別支援学校

日	曜日	献立名			赤の仲間	緑の仲間	黄の仲間	エネルギー kcal		
		主食	副食	食	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	たんぱく質 g	脂質 g	
1	水	ごはん	<p>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。 少し早いですが端午の節句献立を実施します。 華やかなこどもの日ちらし寿司と、花麩を入れたすまし汁を作ります。</p>							
			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、乾しいたけ、枝豆	ごはん、砂糖、でん粉	533 Kcal	799 Kcal		
			牛乳	牛乳			20.7 g	31.0 g		
			麩のすまし汁	豆腐	えのき、ねぎ、にんじん、こまつな	麩	15.3 g	22.9 g		
		こどもの日かしわもち	あずき		砂糖、上新粉					
2	木	ごはん	牛乳	牛乳		ごはん	495 Kcal	742 Kcal		
			生麩入りみそ煮	豚肉、みそ	たまねぎ、大根、ごぼう、にんじん、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塩こんぶ和え	塩昆布	にんじん、キャベツ		9.6 g	14.4 g		
7	火	ごはん	豚肉とにらのスタミナ丼	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		
			牛乳	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	水	パンズパン	オープンメンチカツサンド、牛乳	牛乳		パンズパン				
			メンチカツ	鶏肉、豚肉	たまねぎ、しょうが、にんにく	砂糖、でん粉、米粉、大豆油	527 Kcal	790 Kcal		
			中濃ソース		トマト、りんご、にんじん	砂糖、でん粉	19.2 g	28.8 g		
			キャベツソテー		キャベツ	菜種油	20.5 g	30.7 g		
		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					
9	木	ソフトめん	ミートソーススパゲティ	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、グリーンピース	ソフトめん、菜種油、ハヤシルウ、でん粉	522 Kcal	783 Kcal		
			牛乳	牛乳			23.0 g	34.5 g		
			フレンチサラダ		キャベツ、パプリカ、ブロッコリー、コーン	菜種油、砂糖	15.5 g	23.2 g		
10	金	ごはん	牛乳	牛乳		ごはん				
			たらのみそマヨ包み	すけそうだら、みそ		砂糖、水あめ、でん粉、大豆油	451 Kcal	676 Kcal		
			はりはり漬け		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	豆腐、わかめ	えのき、にんじん、ねぎ		9.1 g	13.6 g		
		プチフルーツゼリー(いちご)1個		いちご、りんご	かとう果糖ぶどう液糖					
13	月	ごはん	牛乳	牛乳			479 Kcal	718 Kcal		
			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		
14	火	わかめごはん	牛乳	牛乳		わかめごはん	444 Kcal	666 Kcal		
			青しそ入りアジフライ	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					
15	水	ごはん	牛乳	牛乳		ごはん				
			ごぼう入りつくね(小学部2個 中学部・高等部3個)	鶏肉	ごぼう、たまねぎ、しょうが	パン粉、豚脂、砂糖	475 Kcal	713 Kcal		
			キャベツの昆布和え	塩昆布	にんじん、キャベツ		17.1 g	25.6 g		
			根菜汁	鶏肉、生揚げ	にんじん、だいこん、れんこん、白菜、ねぎ、しょうが		13.0 g	19.5 g		
			プチフルーツゼリー(青りんご)1個		りんご	かとう果糖ぶどう液糖				
16	木	りんごパン	牛乳	牛乳		りんごパン	503 Kcal	754 Kcal		
			オニオンソースハンバーグ	牛肉、豚肉、鶏肉	たまねぎ、にんにく	砂糖、パン粉、でん粉	20.1 g	30.1 g		
			ブロッコリーとパプリカのソテー		コーン、ブロッコリー、パプリカ	バター	17.7 g	26.5 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					

※給食物資購入の都合により献立を一部変更することがあります。



令和6年度 5月献立表



今月の目標
上手に配膳

愛知県立半田特別支援学校

日	曜日	献立名			赤の仲間	緑の仲間	黄の仲間	エネルギー kcal	
		主食	副食	食	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	たんぱく質 g	脂質 g
17	金		牛乳	牛乳			ごはん	569 Kcal	853 Kcal
			麻婆豆腐	豆腐、豚肉、みそ	にんじん、たまねぎ、ねぎ、しょうが、にんにく	砂糖、ごま油、でん粉	20.6 g	30.9 g	
			春巻き	豚肉	キャベツ、もやし、にんじん、にら、エリンギ	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			
20	月		豚丼	豚肉	たまねぎ、しょうが、乾しいたけ	ごはん、砂糖、こんにゃく	427 Kcal	640 Kcal	
			牛乳	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	
21	火		牛乳	牛乳			ごはん	513 Kcal	769 Kcal
			いかフライのレモンソースかけ	いか	レモン果汁	パン粉、でん粉、小麦粉、コーンフラワー、砂糖、大豆油	18.4 g	27.6 g	
			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	油揚げ、みそ、豆腐	たまねぎ、にんじん、えのきだけ				
22	水		牛乳	牛乳			ごはん	421 Kcal	632 Kcal
			豚肉とごぼうの生姜煮	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	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	
23	木		牛乳	牛乳			金芽ロウカット玄米ごはん	552 Kcal	828 Kcal
			元気もりもりカレー	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	
			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	
			ミルク(ココア味)			果糖ぶどう液糖、砂糖			
24	金		牛乳	牛乳			中華めん	503 Kcal	754 Kcal
			野菜たっぷり塩ラーメン	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	中華めん、動物油脂	19.9 g	29.8 g	
			えび入りしゅうまい(小学部1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、水あめ、大豆油	12.4 g	18.6 g	
			パンサンデー	チキンハム	きゅうり、もやし、にんじん	春雨、砂糖、ごま油			
27	月		野菜いっぱいブルコギ丼	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	
			牛乳	牛乳			19.2 g	27.4 g	
			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	春雨	12.5 g	17.7 g	
28	火		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	
			牛乳	牛乳			19.9 g	29.8 g	
			豚肉とたけのこの炒め煮	豚肉	たけのこ、いんげん、しょうが	菜種油、砂糖、でん粉	11.2 g	16.8 g	
			じゃがいもたまねぎのみそ汁	みそ	にんじん、えのき、ねぎ、たまねぎ	じゃがいも			
29	水		牛乳	牛乳			ごはん	513 Kcal	769 Kcal
			さばの銀紙焼き(みそ味)	さば、みそ		砂糖	21.6 g	32.4 g	
			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	砂糖	13.1 g	19.7 g	
			鶏肉と野菜の具だくさん汁	鶏肉、油揚げ、豆腐	だいこん、たまねぎ、にんじん、ごぼう、ねぎ、白菜、しょうが				
30	木		牛乳	牛乳			愛知の米粉パン	421 Kcal	632 Kcal
			ミートボールの甘酢炒め	牛肉、鶏肉、豚肉	たまねぎ、にんじん、たけのこ、ピーマン、乾しいたけ、トマト	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	砂糖、ぶどう糖、果糖液糖	18.5 g	27.7 g	
31	金		牛乳	牛乳			ごはん	475 Kcal	713 Kcal
			鶏肉とじゃがいもの甘辛煮	鶏肉		じゃがいも、砂糖、でん粉、大豆油	19.8 g	29.7 g	
			ほうれん草ともやしのり酢和え	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	
			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			
※給食物資購入の都合により献立を一部変更することがあります。							平均	487 Kcal	730 Kcal
								19.1 g	28.6 g
								13.7 g	20.6 g