



令和8年度 10月献立表



今月の目標
正しい食事マナー

愛知県立半田特別支援学校

曜日	献立名	主食	副食	赤の仲間 血・肉・骨になるもの	緑の仲間 体の調子を整えるもの	黄の仲間 熱や力のもとになるもの	エネルギー kcal	
							たんぱく質 g	脂質 g
1 木	ごはん	牛乳	ブルコギ丼	豚肉	たまねぎ、キャベツ、もやし、にら、しめじ、 にんじん、にんにく	ごはん	474 Kcal 18.1 g	666 Kcal 25.1 g
			春雨スープ		ねぎ、チンゲン菜、コーン、にんじん	春雨	14.2 g	18.6 g
2 金	ごはん	牛乳	豚肉と高野豆腐の含め煮	豚肉、高野豆腐	たまねぎ、にんじん、いんげん、乾しいたけ、 こんにゃく	ごはん	487 Kcal 18.8 g	685 Kcal 26.2 g
			白菜の甘酢え		はくさい、もやし、キャベツ、にんじん	じゃがいも、砂糖	12.9 g	16.3 g
5 月	ごはん	牛乳	さつまいもコロケ			ごはん	572 Kcal 19.5 g	765 Kcal 26.0 g
			ブロッコリーのソテー		ブロッコリー、コーン	さつまいも、パン粉、砂糖、小麦粉、油	17.7 g	23.2 g
			鶏団子汁	油揚げ、鶏団子	だいこん、にんじん、えのきたけ、ねぎ、はくさい	砂糖		
6 火	金芽ロウカット 玄米ごはん	牛乳	ハヤシライス	豚肉	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、トマト	金芽ロウカット玄米ごはん	545 Kcal 19.3 g	651 Kcal 24.6 g
			元氣もりもりサラダ	昆布	キャベツ、パプリカ、ほうれん草、にんじん	青じそドレッシング	16.1 g	21.4 g
7 水	白玉うどん	牛乳	和風汁かけ	鶏肉、油揚げ	にんじん、ねぎ、しめじ、乾しいたけ	白玉うどん	549 Kcal 20.5 g	681 Kcal 26.2 g
			ちくわの磯辺揚げ	ちくわ、あおさ		小麦粉、てん粉、砂糖、油	19.9 g	28.0 g
			ごまドレサラダ		キャベツ、にんじん、ブロッコリー、コーン	ごまドレッシング		
8 木	ごはん	牛乳	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	502 Kcal 20.8 g	712 Kcal 29.6 g
			みそけんちん汁	油揚げ、豆腐、みそ	ごぼう、にんじん、だいこん、こんにゃく、 えのきたけ、ねぎ	さといも、ごま油	16.2 g	21.8 g
9 金	ごはん	牛乳	うずら卵と野菜のうま煮	鶏肉、ちくわ、うずら卵	たまねぎ、にんじん、ごぼう、いんげん	ごはん	489 Kcal 19.4 g	690 Kcal 27.3 g
			ごん汁	油揚げ、みそ	だいこん、はくさい、にんじん、えのきだけ	じゃがいも、砂糖	14.3 g	18.5 g
13 火	ごはん	牛乳	白身魚のチリソースかけ	ほき	にんにく、しょうが	ごはん	488 Kcal 15.1 g	668 Kcal 22.6 g
			ビーフンとチンゲンサイの炒め物	ベーコン	チンゲン菜、もやし	てん粉、砂糖、油	13.5 g	17.2 g
			くきわかめのスープ	くきわかめ、生揚げ	たけのこ、ねぎ、にんじん	ビーフン、ごま油		
14 水	あいちの米粉 パン	牛乳	鶏肉のガーリックケチャップ焼き	鶏肉	しょうが、にんにく	あいちの米粉パン	633 Kcal 29.5 g	671 Kcal 31.1 g
			ジャーマンポテト	ベーコン	いんげん	砂糖	24.6 g	25.2 g
			コンソメスープ		キャベツ、たまねぎ、にんじん、コーン	じゃがいも		
15 木	ごはん	牛乳	回鍋肉	豚肉、みそ	キャベツ、ねぎ、ピーマン、たけのこ、 にんじん、乾しいたけ、しょうが	ごはん	492 Kcal 18.7 g	695 Kcal 26.1 g
			豆腐とチンゲンサイのスープ	豆腐	チンゲン菜、たまねぎ、にんじん、しめじ	砂糖、ごま油、油	14.7 g	19.2 g
16 金	ごはん	牛乳	うずら卵入りみそおでん	生揚げ、ちくわ、うずら卵、みそ	だいこん、にんじん、こんにゃく	ごはん	476 Kcal 17.1 g	667 Kcal 23.5 g
			白菜の磯辺え	のり、まぐろ	はくさい、もやし、にんじん	さといも、砂糖	12.6 g	15.9 g
19 月	ごはん	牛乳	豚肉のしょうが炒め	豚肉	たまねぎ、しょうが	ごはん	487 Kcal 19.9 g	689 Kcal 28.2 g
			あおさの塩ポテト	青さ		砂糖、油	15.6 g	20.8 g
			豆腐のみそ汁	豆腐、油揚げ、わかめ、みそ	にんじん、ねぎ	じゃがいも		

※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。

(裏)



令和8年度 10月献立表



こまげつめくほよう
今月の目標
ただしいくじ
正しい食事マナー

あいちゃんりつはん だくとべつしえんがっこう
愛知県立半田特別支援学校

日	曜	献立名			赤の仲間	緑の仲間	黄の仲間	エネルギー kcal たんぱく質 g	
		主 食	副 食	血・肉・骨になるもの	からだの調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの	ポ	平 均	
20	火		ごはん 牛乳	牛乳		ごはん	478 Kcal	616 Kcal	
			レバー入り白ごまつくね(2個)	鶏肉、鶏レバー	たまねぎ、ごぼう、しょうが	でん粉、砂糖、油、ごま、パン粉	17.9 g	22.0 g	
			キャベツの赤じそ和え		キャベツ、もやし、にんじん、ゆかり		14.1 g	15.0 g	
			さわにわん 沢煮碗	豚肉	にんじん、ごぼう、たけのこ、ねぎ、えのきだけ、だいこん	でん粉			
21	水		中華麺 牛乳	牛乳		中華麺	543 Kcal	712 Kcal	
			野菜たっぷり醤油ラーメン	豚肉	にんじん、キャベツ、たけのこ、たまねぎ、ねぎ、にら、もやし		22.0 g	28.6 g	
			春巻き	豚肉	キャベツ、もやし、にんじん、にら、エリンギ	でん粉、砂糖、小麦粉、ごま油	18.4 g	23.8 g	
			棒々鶏サラダ	ささみ	キャベツ、きゅうり	棒々鶏ドレッシング			
22	木		ごはん 牛乳	牛乳		ごはん	566 Kcal	732 Kcal	
			さんまのみぞれ煮	さんま	だいこん	砂糖、でん粉	22.7 g	28.3 g	
			たくあん和え		キャベツ、もやし、だいこん、にんじん	ごま	19.8 g	22.3 g	
			どさんこ汁	豚肉、わかめ、みそ	だいこん、にんじん、ごぼう、コーン	じゃがいも			
23	金		ごはん 牛乳	牛乳		ごはん	610 Kcal	840 Kcal	
			キーマカレー	豚肉、牛肉、大豆	たまねぎ、にんじん、トマト、にんにく、しょうが、かぼちゃ	カレールウ	21.5 g	29.7 g	
			カラフルサラダ		ブロッコリー、パプリカ、ほうれん草、にんじん	青じそドレッシング	16.4 g	22.5 g	
			十三夜デザート			栗、小麦粉、砂糖、			
26	月		ごはん 牛乳	牛乳		ごはん	536 Kcal	764 Kcal	
			おかちと鶏ひき肉の炒り煮	おかち、鶏肉、油揚げ	ごぼう、ねぎ、にんじん、乾しいたけ	砂糖、油	21.4 g	30.3 g	
			さつまいものみそ汁	豚肉、みそ	はくさい、だいこん、ねぎ、こんにゃく	さつまいも	16.1 g	21.4 g	
27	火		サンドイッチ 牛乳	牛乳		サンドイッチロールパン	608 Kcal	713 Kcal	
			ツナサンドの具	まぐろ	キャベツ、きゅうり、たまねぎ、にんじん	砂糖、油、ノンエッグマヨネーズ	21.7 g	25.6 g	
			ミネストローネ		たまねぎ、トマト、キャベツ、にんじん	じゃがいも、マカロニ	23.3 g	30.7 g	
			一口りんごゼリー		りんご	砂糖			
28	水		ごはん 牛乳	牛乳		ごはん	542 Kcal	724 Kcal	
			チキンカツのソースかけ	鶏肉		パン粉、小麦粉、でん粉、油	24.8 g	30.1 g	
			ごまふく和え		キャベツ、もやし、福神漬、ほうれん草、にんじん	ごま	16.1 g	20.4 g	
			鶏肉と野菜の具だくさん汁	鶏肉、生揚げ	はくさい、にんじん、だいこん、ねぎ、乾しいたけ	さといも			
29	木		わかめごはん 牛乳	牛乳		わかめごはん	484 Kcal	677 Kcal	
			鶏肉とキャベツの和風うま煮	鶏肉	たまねぎ、キャベツ、にんじん	砂糖、油	18.8 g	25.9 g	
			だいこんとえのきのみそ汁	みそ	にんじん、だいこん、ねぎ、えのきだけ	じゃがいも	13.7 g	17.3 g	
30	金		こんだて ハロウィン献立						
			牛乳	牛乳		愛知のツイストパン	587 Kcal	685 Kcal	
			パンフキン型ハンバーグ	豚肉、鶏肉	たまねぎ、しょうが、にんにく、トマト	砂糖、でん粉	22.1 g	27.2 g	
			かぼちゃの豆乳スープ	豆乳	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、しめじ、ブロッコリー、コーン	でん粉	23.0 g	26.8 g	
			ほうれん草のソテー	ベーコン	ほうれん草、パプリカ	油			
※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	640 Kcal	700 Kcal
								24.0 g	26.8 g
								21.3 g	21.3 g

※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。