



# 令和5年度 5月献立表

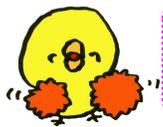


今月の目標  
上手に配膳

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	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 げつ月	ごはん 	<b>端午の節句献立</b> たんご せつく こんだて 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。少し早いですが全校生徒が食べられる日に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。						
		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	491 Kcal	736 Kcal	
		牛乳	牛乳			19.6 g	29.4 g	
		麩のすまし汁	豆腐	えのき、ねぎ、にんじん、こまつな	麩	15.1 g	22.7 g	
		こどもの日ゼリー	豆乳、大豆粉	りんご、レモン	砂糖、ぶどう糖果糖液糖			
2 か火	ごはん 	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	
8 げつ月	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	461 Kcal	692 Kcal	
		牛乳	牛乳			19.9 g	29.8 g	
		じゃがいもとえのきのみそ汁	油揚げ、豆腐、みそ	えのき、たまねぎ、にんじん	じゃがいも	11.7 g	17.6 g	
9 か火	パンズパン 	オープンエビカツサンド、牛乳	牛乳		パンズパン	498 Kcal	747 Kcal	
		エビカツ	おきえび、すけそうだら	たまねぎ	でん粉、パン粉、大豆油、とうもろこし油、小麦粉	20.1 g	30.1 g	
		サウザンアイランドドレッシング		たまねぎ、トマト、にんにく		16.2 g	24.3 g	
		キャベツソテー		キャベツ	菜種油			
		野菜スープ	ハム	たまねぎ、にんじん、こまつな	じゃがいも			
10 すい水	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、ルウ、じゃがいもでん粉	523 Kcal	785 Kcal	
		牛乳	牛乳			22.9 g	34.4 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	15.7 g	23.6 g	
11 もく木	ごはん 	ごはん、牛乳	牛乳		ごはん	448 Kcal	672 Kcal	
		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	19.2 g	28.8 g	
		はりはり漬け		にんじん、切り干し大根、こまつな	ごま、砂糖	9.4 g	14.1 g	
		豆腐のすまし汁	豆腐、わかめ	えのき、にんじん、ねぎ				
12 きん金	ごはん 	ごはん、牛乳	牛乳		ごはん	457 Kcal	686 Kcal	
		豚のしょうが焼き	豚肉	たまねぎ、しょうが	菜種油、砂糖	20.9 g	31.4 g	
		あおさの塩ポテト	あおさのり		じゃがいも	9.5 g	14.3 g	
		ごん汁	油揚げ、みそ	こまつな、にんじん、ねぎ、大根、ごぼう、えのき	こんにゃく			
15 げつ月	金芽 ロウカット 玄米ごはん 	金芽ロウカット玄米ごはん、牛乳	牛乳		金芽ロウカット玄米ごはん	480 Kcal	720 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、にんにく	ごはん、菜種油、小麦粉、ラード、砂糖、パーム油	17.1 g	25.6 g	
		元氣もりもりサラダ	ベーコン、昆布	キャベツ、ブロッコリー、にんじん、コーン		12.4 g	18.6 g	
16 か火	わかめごはん 	わかめごはん、牛乳	牛乳		わかめごはん	455 Kcal	682 Kcal	
		あじのフリッター甘酢ケチャップがけ	あじ、おきあみ、あおさ	たまねぎ、パプリカ、ピーマン、しいたけ、にんにく	小麦粉、でん粉、砂糖、米粉、油	16.0 g	24.0 g	
		しょうゆ汁		しめじ、ほうれん草、大根、ねぎ		9.1 g	13.6 g	
17 すい水	りんごパン 	りんごパン、牛乳	牛乳		りんごパン	504 Kcal	756 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	30.2 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5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	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	ち・血・肉・骨になるもの		からだ・ちょうし・たの調子を整えるもの		たんぱく質 g		
				ち・血・肉・骨になるもの		からだ・ちょうし・たの調子を整えるもの		脂質 g		
18 木	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	437 Kcal	656 Kcal			
		牛乳	牛乳			18.1 g	27.1 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	なたねあぶら、さとう、ごま油、砂糖、でん粉	10.3 g	15.5 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					
	ミルク(コーヒー味)				かとう、果糖ぶどう液糖、砂糖					
19 金	金芽 ロウカット 玄米ごはん	金芽ロウカット玄米ごはん、牛乳	牛乳	牛乳	金芽ロウカット玄米ごはん	549 Kcal	824 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	さとう、ごま油、でん粉	21.1 g	31.7 g			
		揚げ餃子 (小学部1 中学部・高等部2 個)	豚肉	キャベツ、たまねぎ、にら、にんにく	大豆油、でん粉、砂糖、小麦粉	17.5 g	26.2 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					
22 月	ごはん	牛丼	牛肉	たまねぎ、しょうが、しいたけ	ごはん、砂糖、こんにゃく	516 Kcal	774 Kcal			
		牛乳	牛乳			21.7 g	32.5 g			
		じゃがいものみそ汁	豆腐、油揚げ、みそ	たまねぎ、えのき、ねぎ、にんじん	じゃがいも	12.2 g	18.3 g			
		一口ゼリー(いちご)2個		いちご、りんご	かとう、果糖ぶどう液糖					
23 火	ごはん	ごはん、牛乳	牛乳		ごはん	465 Kcal	698 Kcal			
		さばの銀紙焼き(みそ味)	さば、みそ		砂糖	20.0 g	30.0 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	12.9 g	19.4 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						
24 水	中華めん	牛乳	牛乳			456 Kcal	684 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	20.0 g	30.0 g			
		えび入りしゅうまい (小学部1 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	13.0 g	19.5 g			
		パンサンスー	チキンハム	きゅうり、もやし、にんじん	春雨、砂糖、ごま油					
25 木	愛知の 米粉パン	愛知の米粉パン、牛乳	牛乳		愛知の米粉パン	589 Kcal	884 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			
26 金	金芽 ロウカット 玄米ごはん	金芽ロウカット玄米ごはん、牛乳	牛乳		金芽ロウカット玄米ごはん	529 Kcal	793 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、粉末はちみつ、砂糖、パーム油	18.1 g	27.2 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	19.9 g			
29 月	ごはん	ごはん、牛乳	牛乳		ごはん	437 Kcal	655 Kcal			
		ごぼう入りつくね (小学部2 中学部・高等部3 個)	鶏肉	ごぼう、たまねぎ、しょうが	パン粉、ラード、砂糖	16.1 g	24.2 g			
		キャベツの昆布和え	昆布	にんじん、キャベツ		11.7 g	17.5 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						
30 火	ごはん	ごはん、牛乳	牛乳		ごはん	422 Kcal	633 Kcal			
		牛肉とごぼうの生姜煮	牛肉	にんじん、ごぼう、いんげん、しょうが	こんにゃく、砂糖	14.9 g	22.4 g			
		けんちん汁	油揚げ、豆腐	だいこん、大根、れんこん、ねぎ	こんにゃく、ごま油、でん粉	10.7 g	16.0 g			
31 水	ごはん	ごはん、牛乳	牛乳		ごはん	556 Kcal	834 Kcal			
		鶏肉とじゃがいもの甘辛煮	鶏肉		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	489 Kcal	733 Kcal		
						19.3 g	29.0 g			
						13.3 g	19.9 g			