



令和5年度 9月献立表

今月の目標
力を合わせよう

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	
4 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	533 Kcal	799 Kcal	
		ポークカレー	豚肉	たまねぎ、にんじん、しめじ、トマト、いんげん、にんにく、しょうが	菜種油	19.1 g	28.6 g	
		カラフル野菜とベーコンのサラダ	ベーコン	キャベツ、ほうれん草、パプリカ、ブロッコリー、コーン	こめ油、加工でん粉、植物油脂、砂糖	14.2 g	21.3 g	
5 か 火	ごはん	ごはん、牛乳	牛乳		ごはん	509 Kcal	764 Kcal	
		大根と豚肉の煮物	豚肉、うすら卵	だいこん、にんじん、しいたけ、いんげん	砂糖	20.6 g	30.9 g	
		じゃがいもたまねぎのみそ汁	油揚げ、みそ	えのき、ねぎ、たまねぎ	じゃがいも	11.9 g	17.8 g	
		冷凍みかん		みかん				
6 すい 水	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	531 Kcal	796 Kcal	
		鶏肉のマーマレード焼き	鶏肉	にんにく、しょうが		23.5 g	35.2 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		21.3 g	32.0 g	
		野菜とベーコンのスープ	ベーコン	キャベツ、たまねぎ、にんじん、ほうれん草				
7 もく 木	ごはん	ごはん、牛乳	牛乳		ごはん	504 Kcal	756 Kcal	
		いわしの梅煮	いわし			21.1 g	31.6 g	
		キャベツの塩昆布和え	塩昆布	キャベツ、にんじん		11.9 g	17.9 g	
		どさんこ汁	豚肉、わかめ、みそ	コーン、だいこん、にんじん、ごぼう	じゃがいも			
		プチフルーツゼリー青りんご 1個		りんご	果糖ぶどう液糖			
8 きん 金	中華めん	牛乳	牛乳			488 Kcal	732 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	中華めん	19.3 g	28.9 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	16.7 g	25.0 g	
		ハンサンスー	ハム	にんじん、もやし、きゅうり	春雨、砂糖、ごま油			
11 げつ 月	ごはん	ピビンバ丼(ごはん)			ごはん	472 Kcal	708 Kcal	
		ピビンバ丼(牛肉しぐれ)	牛肉	にんにく、しょうが	砂糖、ごま油、ごま	19.7 g	29.5 g	
		ピビンバ丼(3色ナムル)		大豆もやし、ほうれん草、にんじん、にんにく	ごま油、ごま	14.2 g	21.3 g	
		牛乳	牛乳					
		わかめスープ	わかめ	たまねぎ、しいたけ、にんじん	ごま、ごま油			
12 か 火	わかめごはん	わかめごはん、牛乳	牛乳		わかめごはん	473 Kcal	710 Kcal	
		揚げキャベツ入り平つくね(小学部 2個 中学部・高等部 3個)	鶏肉、豚肉、えんどう豆	キャベツ、しょうが	でん粉、砂糖	16.1 g	24.2 g	
		ひじきの炒め煮	ひじき、油揚げ、えだまめ	にんじん、たけのこ	菜種油、砂糖	16.9 g	25.4 g	
		豆腐とわかめのすまし汁	豆腐、わかめ	ねぎ、にんじん				
13 すい 水	ごはん	ごはん、牛乳	牛乳		ごはん	585 Kcal	878 Kcal	
		いかフリッター(小学部1個 中学部・高等部2個)	いか、オキアミ、あおさ		小麦粉、砂糖、米粉、大豆油	20.4 g	30.6 g	
		ごまふく和え		キャベツ、もやし、にんじん、ほうれん草、福神漬	ごま	14.7 g	22.0 g	
		肉じゃが	豚肉	たまねぎ、いんげん、にんじん	じゃがいも、砂糖、こんにやく			
		ミルクココア			果糖ぶどう液糖、砂糖			
14 もく 木	ごはん	ごはん、牛乳	牛乳		ごはん	493 Kcal	739 Kcal	
		鮭のもみじ焼き	鮭	にんじん	砂糖	20.3 g	30.5 g	
		はりはり漬け		にんじん、切り干しだいこん、こまつな	ごま、砂糖	14.0 g	21.0 g	
		野菜と豆腐のみそ汁	豆腐、わかめ、みそ	にんじん、じゃがいも、たまねぎ、えのき、ねぎ	じゃがいも			
15 きん 金	スライスパン	スライスパン、牛乳	牛乳		スライスパン	624 Kcal	936 Kcal	
		ポークピーンズ	豚肉、ウインナー、大豆	にんじん、たまねぎ、しめじ、いんげん、トマト	じゃがいも、砂糖、菜種油	20.5 g	30.7 g	
		白玉フルーツポンチ		パイナップル、黄桃、りんご、みかん	白玉団子、果糖ぶどう糖液糖	19.4 g	29.1 g	
		大豆チョコクリーム	大豆、脱脂粉乳		植物油脂、ぶどう糖、砂糖			



令和5年度 9月献立表

今月の目標
力を合わせよう

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	ち・肉・骨になるもの	からだ・心・頭の調子を整えるもの	なつ・ちからのもとになるもの	たんぱく質 g	脂質 g	
19	火	ごはん	ごはん、牛乳	牛乳		ごはん	467 Kcal	700 Kcal	
			里芋コロッケ	むね肉		さといも、砂糖、パン粉、小麦粉、でん粉、菜種油	17.0 g	25.5 g	
			つば漬け和え		キャベツ、もやし、にんじん、ほうれん草、つば漬け		13.3 g	19.9 g	
			豚汁	豚肉、油揚げ、みそ	にんじん、たまねぎ、ごぼう、しめじ、ねぎ	ごま油、こんにゃく			
20	水	ごはん	ごはん、牛乳	牛乳		ごはん	449 Kcal	674 Kcal	
			回鍋肉	豚肉、みそ	キャベツ、ピーマン、にんじん、たけのこ、しいたけ、ねぎ、しょうが	砂糖、菜種油、ごま油	17.8 g	26.7 g	
			わかめスープ	わかめ	たまねぎ、しいたけ、にんじん	ごま、ごま油	10.9 g	16.4 g	
21	木	ごはん	ごはん、牛乳	牛乳		ごはん	499 Kcal	748 Kcal	
			さんまのみぞれ煮	さんま	だいこん	砂糖、でん粉	18.5 g	27.8 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	14.1 g	21.1 g	
			芋汁	鶏肉、油揚げ	はくさい、えのき、にんじん、しいたけ、ねぎ	さといも、でん粉			
22	金	ソフトめん	ミートソースパグティ	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	
25	月	ごはん	オムライス(チキンライス)	鶏肉	たまねぎ、にんじん、グリーンピース	ごはん、菜種油、でん粉、ごま油、砂糖	419 Kcal	628 Kcal	
			オムライス(たまごシート)	たまご		植物油、でん粉	14.1 g	21.1 g	
			オムライス(ケチャップ)		トマト	砂糖	12.9 g	19.3 g	
			牛乳	牛乳					
			野菜たっぷりスープ	ベーコン	コーン、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ほうれん草	菜種油			
26	火	ごはん	ごはん、牛乳	牛乳		わかめごはん	500 Kcal	750 Kcal	
			さばの銀紙巻き	さば、みそ		砂糖	19.8 g	29.7 g	
			白菜の磯和え	のり	にんじん、はくさい、ほうれん草		13.3 g	19.9 g	
			のっぺい汁	鶏肉、油揚げ、豆腐	にんじん、だいこん、ごぼう、ねぎ	さといも、こんにゃく、ごま油、でん粉			
			蒲郡みかんプチゼリー		みかん果汁	砂糖			
27	水	ごはん	ごはん、牛乳	牛乳		ごはん	520 Kcal	780 Kcal	
			鶏肉のから揚げ	鶏肉	しょうが、にんにく	でん粉、大豆油	18.7 g	28.0 g	
			キャベツのごま和え		いんげん、キャベツ、にんじん	ごま、砂糖	16.5 g	24.8 g	
			野菜と豆腐のみそ汁	わかめ、豆腐、みそ	にんじん、ごぼう、たまねぎ、ねぎ	じゃがいも、こんにゃく			
28	木	愛知の さつまいも ごはん	じゅうごやこんだて 十五夜献立 秋は月がきれいに見える季節です。中でも「十五夜」は特に月が美しく見える日です。今年 は明日29日が十五夜 です。給食では、月に見立てたうずら卵を使用した野菜の旨煮や、デザートにはお月見大福を用意します。十五夜には、きれいな満月が見えることを祈りながら楽しく食べてくれるとうれいです。						
			愛知のさつまいもごはん、牛乳			ごはん、さつまいも	549 Kcal	823 Kcal	
			野菜の旨煮	鶏肉、ちくわ、うずら卵	にんじん、ごぼう、たまねぎ、いんげん	じゃがいも、砂糖	20.4 g	30.6 g	
			豆腐汁	豆腐、油揚げ、わかめ	ねぎ、にんじん	でん粉	12.4 g	18.6 g	
			お月見大福	いんげん豆、豆乳		砂糖、米粉、さつまいも			
29	金	クロスロールパン	クロスロールパン、牛乳	牛乳		クロスロールパン	551 Kcal	826 Kcal	
			ミートボールのトマト煮	牛肉、鶏肉、豚肉	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	大豆油、でん粉、パン粉	20.3 g	30.4 g	
			ブロッコリーと豆のサラダ	赤いんげん、青えんどう、ひよこ豆	パプリカ、えだまめ、コーン、ブロッコリー、キャベツ	砂糖	14.2 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。							平均	509 Kcal	764 Kcal
夏休みは楽しく過ごせましたか。残暑の厳しい日が続くそうなので、夏の疲れが出ないように、食事と睡眠をしっかりと、規則正しい生活を心掛けましょう！							19.5 g	29.2 g	
2学期も、みんなの心と体の栄養になるおいしい給食を作ります！さつまいもや、里芋など、秋が旬の食材も少しずつ登場します。旬の食材を見つけてみてくださいね！オムライスや、鮭のもみじ焼きなど、新しいメニューにも挑戦するので、お楽しみに！							14.7 g	22.0 g	