

令和3年度 12月 学校給食予定献立表 愛知県立小牧特別支援学校

日	曜	牛乳	主食	献立名	食べ物の種類と体でのほたらき			エネルギー (kcal)
					血・肉・骨になる (毎日牛乳が入ります)	はたらく力のもとになる (毎日主食が入ります)	体の調子をととのえる	
1	水	MILK	ソフトめん	肉みそソフトめん	豚肉、みそ	油、砂糖	玉葱、人参、たけのこ、しいたけ、しょうが	688
				キャベツのツナ和え	ツナ	砂糖	キャベツ、人参、きゅうり、穀物酢	736
				青りんごゼリー	寒天	砂糖、果糖ぶどう糖液糖、果糖加工でん粉	りんご果汁、りんごピューレー	761
2	木	MILK	和風コロッケ	和風コロッケ	粉末状植物性たん白	じゃがいも、パン粉、ぶどう糖、乾燥マッシュポテト、油、砂糖	れんこん、人参	563
				ほうれん草のごま和え		ごま、砂糖	白菜、ほうれん草、人参	648
				石狩汁	鮭、みそ	じゃがいも	玉葱、人参、葉ねぎ	673
3	金	MILK	ひんがし	豚キムチチャーハン	豚肉	油、ごま油、砂糖	玉葱、葉ねぎ、人参、白菜、りんご、にんにく、しょうが、とうがらし	559
				野菜の甘酢和え		油、砂糖	キャベツ、かぶ、人参、きゅうり、穀物酢	643
				中華スープ	豆腐		チンゲンサイ、玉葱、緑豆もやし、人参	668
6	月	MILK	ひんがし	ドライカレー	豚肉	カレー粉	玉葱、青ピーマン、しょうが、にんにく、トマト	621
				じゃがいもとじゃこのサラダ	しらすき	じゃがいも、ドレッシング	枝豆	709
				トマトスープ			トマト、人参、しめじ、キャベツ、玉葱	741
7	火	MILK	ひんがし	さばの煮付け	さば	砂糖	しょうが	606
				小松菜とみずばの煮浸し		小松菜、人参、根みつば、しめじ		686
				さつま汁	豆腐、みそ	こんにゃく、さつま芋	大根、人参、ごぼう、葉ねぎ	702
8	水	MILK	ひんがし	野菜塩ラーメン	豚肉	油	玉葱、緑豆もやし、キャベツ、葉ねぎ	745
				ほうれん草の中巻炒め		油、ごま油、砂糖、オイスターソース	ほうれん草、しめじ、チンゲンサイ、にんにく、しょうが	794
				大学芋		さつま芋、ごま、油、砂糖	穀物酢	835
9	木	MILK	ひんがし	りんごパン	脱脂粉乳	小麦粉、マーガリン	りんごチップ	696
				鶏肉のバーベキュー焼き	鶏肉	はちみつ	りんご、玉葱、トマト、にんにく	798
				カラフルサラダ		ドレッシング	ブロッコリー、コーン、枝豆、赤ピーマン	819
10	金	MILK	ひんがし	りんごパン	脱脂粉乳	小麦粉、マーガリン	りんごチップ	696
				おろしハンバーグ	豚肉、鶏肉、牛肉、大豆たん白	パン粉、粉末水あめ、砂糖、でん粉	玉葱、れんこん、おろし大根	617
				切り干し大根とひじきの煮物	ツナ、ひじき	砂糖、油	切り干し大根、人参、しいたけ、いんげん	714
13	月	MILK	ひんがし	きのこのハヤシライス	豚肉	ハラシルウ、油	玉葱、人参、マッシュルーム、しめじ、エリンギ、グリーンピース、トマト	678
				ポテトサラダ		じゃがいも	人参、きゅうり、コーン	767
				野菜と果物のゼリー	寒天	ぶどう糖、果糖	野菜・果物ミックスジュース、りんご果汁、レモン果汁	800
14	火	MILK	ひんがし	フルコギ	豚肉	砂糖、ごま、ごま油	キャベツ、葉ねぎ、人参、玉葱、青ピーマン、にんにく	608
				ほうれん草のナムル	ツナ	砂糖、ごま油	ほうれん草、人参	695
				わかめスープ	わかめ		玉葱、えのき	727
15	水	MILK	ひんがし	カレーうどん	鶏肉、油揚げ	カレー粉、でん粉	玉葱、人参、葉ねぎ	666
				一口カツ	豚肉	パン粉、小麦粉、米粉、でん粉、油		745
				キャベツソテー		油	キャベツ、小松菜	773
16	木	MILK	ひんがし	豚肉の生姜炒め	豚肉	油	玉葱、しょうが	652
				五目きんぴら		こんにゃく、油、砂糖、ごま油	れんこん、ごぼう、いんげん、人参	741
				みそ汁	みそ、油揚げ		玉葱、かぼちゃ、葉ねぎ	777
17	金	MILK	ひんがし	わかめごはん	わかめ			546
				たら鉄板焼き	たら、みそ	半固体状ドレッシング(大豆)、砂糖		642
				キャベツと人参のからし和え		還元水あめ、でん粉	キャベツ、人参、ほうれん草	654
20	月	MILK	ひんがし	チキンナゲット	鶏肉、粒状植物性たん白	パン粉、でん粉、砂糖、小麦粉		670
				小松菜のサラダ	たん白加水分解物	クラッカー粉、米粉、ぶどう糖	小松菜、もやし、コーン、レモン果汁	769
				ロールパン	乾燥油から	コーンフラワー、油	砂糖、オリーブ油	789
21	火	MILK	ひんがし	ごぼう入りつくね	鶏肉、粒状植物性たん白	豚脂、でん粉、ぶどう糖、油、砂糖	玉葱、ごぼう、しょうが、米麹酢	529
				煮なます	粉末状植物性たん白		人参、れんこん、大根、しいたけ、穀物酢	639
				みそ汁	みそ		白菜、玉葱、小松菜、葉ねぎ	652
22	水	MILK	ひんがし	さわらのゆずみそ焼き	さわら、みそ	砂糖	ゆず果汁	624
				かぼちゃのいとこ煮		あずき、砂糖	かぼちゃ	743
				のっぺい汁	油揚げ、鶏もも肉	里芋、でん粉	大根、人参、ごぼう	765
23	木	MILK	ひんがし	もみの木ハンバーグ	鶏肉、粒状植物性たん白	豚脂、砂糖、ぶどう糖	玉葱、水溶性食物繊維、にんにく、しょうが、トマト	672
				ブロッコリーとじゃがいものソテー	豚肉、粉末状植物性たん白	じゃがいも、油	ブロッコリー、人参、にんにく、トマト	795
				ミネストローネスープ		砂糖	キャベツ、玉葱、人参、しめじ、トマト、パセリ	815
				クリスマスのショコラケーキ	豆乳、おからパウダー	砂糖、米粉、油、還元麦芽糖	ココアパウダー、カカオマス、食物繊維	

※栄養価表示は、上段：小学部 高学年、中段：中学部、下段：高等学校の順番になっています。

※献立は、材料の購入 事情により変更する場合がありますので、ご了承ください。

