



日	曜	牛乳	主食	献立名	食べ物の種類と体ではたらき			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	
2	月			チキンライス	鶏肉	油	玉葱、青ピーマン、トマト	553 646 687
				カラフルサラダ		ドレッシング	キャベツ、小松菜、コーン、赤ピーマン	
				野菜いっぱいスープ			玉葱、しめじ、人参、キャベツ、ブロッコリー	
				静岡産お茶プリン	牛乳、全粉乳、寒天	水あめ、砂糖	抹茶	
6	金			カレーライス	豚肉、牛乳	油、じゃがいも、カレールウ	人参、玉葱、にんにく、しょうが	604 707 771
				菜の花のごまサラダ		ノンエッグマヨネーズ、ごま	菜の花、小松菜、玉葱、人参、レモン果汁	
				日向夏のゼリー	寒天	ぶどう糖、果糖液糖、砂糖	日向夏果汁	
9	月			まぐろとじゃがいものココロ揚げ	まぐろ	じゃがいも、油、砂糖、澱粉、米粉		550 650 706
				小松菜の煮浸し			ごまつな、人参、しめじ	
				みそ汁	油揚げ、みそ		玉葱、なす、大根	
10	火			コロッケ	豚肉、牛肉、植物性たん白	乾燥マッシュポテト、油、砂糖、じゃがいも、パン粉、小麦粉	玉葱、人参、パセリ	588 680 718
				野菜炒め		油	キャベツ、玉葱、青ピーマン、人参	
				沢煮椀	豚肉	こんにゃく	大根、人参、ごぼう、葉ねぎ	
11	水			肉みそソフトめん	豚肉、豚レバー、みそ	砂糖、油	玉葱、人参、たけのこ、しいたけ、しょうが	662 765 823
				かぼちゃの甘煮		砂糖	かぼちゃ、人参	
				ソフトめん	寒天	水あめ、果糖ぶどう糖液糖	レモン果汁	
12	木			キムタクごはん	豚肉	油、ごま油、砂糖、ぶどう糖、果糖液糖	大根、醸造酢、梅酢、しょうが、葉ねぎ、白菜、玉葱、人参、りんご、にんにく	513 607 653
				ほうれん草のオイスターソース炒め		油、ごま油、砂糖	人参、ほうれん草、しめじ	
				春雨スープ		春雨、ごま油	小松菜、玉葱、人参、キャベツ	
13	金			豆腐ハンバーグの野菜あんかけ	鶏肉、粉状大豆たん白、豆腐	マッシュポテト、砂糖、油、米粉パン粉、澱粉	玉葱、人参、葉ねぎ、穀物酢	586 679 721
				じゃがいものきんぴら		じゃがいも、砂糖、油	人参	
				みそ汁	みそ		大根、緑豆もやし、ほうれん草	

※ 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、御了承 ください。

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

学校給食の栄養所要量の目安

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂肪	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミン A (μg)	ビタミン B1 (mg)	ビタミン B2 (mg)	ビタミン C (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
小学部 (高)	570	21.0	摂取エネルギーの25~30%	330	3.2	204	0.41	0.57	23	5.7	3g以下
中学部	660	25.0		390	3.6	237	0.46	0.63	24	6.6	
高等部	700	26.0		360	3.6	256	0.48	0.67	24	7.0	



日	曜	牛乳	主食	献立名	食べ物の種類と体ではたらき			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	
16	月			豚肉の生姜炒め	豚肉	油	玉葱、しめじ、しょうが、	571
				ひじきのサラダ	ひじき、チーズ	ドレッシング	人参、青ピーマン、キャベツ、玉葱	674
				みそ汁	みそ		玉葱、人参、かぼちゃ、葉ねぎ	737
17	火			鶏ごぼうごはん	鶏肉	砂糖	干しいたけ、ごぼう、枝豆	642
				大根と生揚げの煮物	生揚げ	砂糖	大根、人参	742
				みそ汁	みそ、わかめ	じゃがいも	玉葱、緑豆もやし	800
				バナナスティックケーキ	豆乳、調整豆乳粉末	砂糖、米粉、油	バナナピューレー	
18	水			カレーうどん	鶏肉、油揚げ	カレーウ、澱粉	玉葱、人参、葉ねぎ	660
				米粉のコロッケ	豚肉、牛肉	じゃがいも、米粉パン粉 乾燥マッシュポテト、砂糖	玉葱、人参、パセリ	714
				白玉うどん	ほうれん草のごま和え	ごま、砂糖	ほうれん草、人参、えのきだけ	772
19	木			たらの香草パン粉焼き	たら	パン粉、オリーブ油		649
				にんじんサラダ		ドレッシング	人参、キャベツ、きゅうり	744
				ミネストローネ	ベーコン	じゃがいも、オリーブ油	玉葱、セロリ、人参、キャベツ トマト、にんにく	790
20	金			豚肉とビーフンの炒め煮	豚肉	ビーフン、砂糖、ごま油	人参、キャベツ、玉葱、しいたけ コーン、青ピーマン	563
				愛知しそ入り鶏春巻き	鶏肉、粒状大豆たんぱく	春雨、澱粉、砂糖、油 小麦粉、水あめ、ぶどう糖	玉葱、キャベツ、人参、長ねぎ しょうが、青しそ	669
				中華スープ	うすら卵		チンゲンサイ、緑豆もやし 玉葱、葉ねぎ	710
23	月			鶏の唐揚げねぎソース	鶏肉	ごま油、小麦粉、澱粉 油、砂糖	しょうが、にんにく、葉ねぎ、穀物酢	580
				きんぴらごぼう		こんにゃく、油、砂糖 ごま、ごま油	ごぼう、人参	713
				なめこ汁	みそ		なめこ、えのきだけ、しめじ 葉ねぎ	756
24	火			愛知の大豆入りナゲット	大豆、鶏肉、粉末状植物性たんぱく	油、パン粉、砂糖	人参、にんにく、トマト	645
				コールスローサラダ		ドレッシング	人参、きゅうり、キャベツ、コーン	771
				コンソメスープ		じゃがいも	玉葱、人参、ブロッコリー	801
25	水			醤油ラーメン	豚肉	油	コーン、緑豆もやし、葉ねぎ 玉葱、人参、チンゲンサイ	600
				愛知県産食材入りぎょうざ	豚肉、粉末状植物性たんぱく 粒状植物性たんぱく、みそ	パン粉、砂糖、油 オイスターソース	キャベツ、玉葱、ねぎ、にら、人参 にんにく、しょうが	680
				中華めん	きゅうりとキャベツのナムル	砂糖、ごま油	キャベツ、きゅうり、人参、穀物酢	716
26	木			豚肉と大根の炒め煮	豚肉	さといも、砂糖、油	人参、大根 いんげん、しょうが	619
				みつばの煮浸し	油揚げ		みつば、ほうれん草、人参	720
				みそ汁	豆腐、みそ		こまつな、えのきだけ、玉葱	777
				芋の水ようかん	寒天	さつまいもペースト、粉あめ 白あん		
27	金			さばのみそ煮	さば、みそ	砂糖	しょうが	593
				切り干し大根の煮物	油揚げ	砂糖	切り干し大根、人参、いんげん	682
				のっぺい汁	鶏肉	こんにゃく、さといも	大根、人参、ごぼう、葉ねぎ	719
30	月			まぜまぜビビンバ	豚肉、みそ	ごま油、砂糖、ごま	ほうれん草、人参、大豆もやし にんにく、しょうが	580
				韓国風スープ	豆腐、わかめ	ごま油	みつば、にんにく	676
				ソフトヨーグルト	加糖練乳、脱脂粉乳、クリーム ホエーパウダー、全粉乳 ミルクカルシウム	砂糖、異性化液糖 イソマルトオリゴ糖		723
31	火			かつおフライ	かつお	加工でん粉、パン粉、小麦粉 油		570
				ほうれん草のなめたけ和え		みず、水あめ、砂糖	ほうれん草、人参、えのきだけ	696
				さつまい汁	豚肉、油揚げ、みそ、豆腐	さつまいも	しめじ、人参、ごぼう、大根、葉ねぎ	717