

日	曜日	牛乳	主食	献立名	食べ物の種類と体でのたらき						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群	2群	3群	4群	5群	6群	
					魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実	
10	水			ポークカレー	豚肉		人参	玉葱、にんにく、生姜	じゃがいも、小麦粉 (調整食はアルゲツァリール使用)		517 629 703 778
				コールスローサラダ				キャベツ、きゅうり、コーン	ドレッシング		
				ピーチゼリー				もも	砂糖		
11	木			チキンカツ	鶏肉		ケチャップ		米粉、砂糖	油	473 582 654 727
				野菜炒め			ピーマン	玉葱、キャベツ	油		
				コンソメスープ		人参	白菜	じゃがいも			
12	金			マーボー豆腐	豆腐、豚肉、みそ			たけのこ、玉葱、ねぎ	砂糖、片栗粉	ごま油 (調整食は不使用)	446 549 617 686
				キャベツのゆかり和え		人参、しそ	キャベツ、きゅうり				
				大根と鶏肉のスープ	鶏肉		白菜、大根、椎茸 (調整食は不使用)				
15	月			わかめごはん		わかめ			米		465 572 644 715
				米粉コロケ	豚肉、牛肉		人参、パセリ	玉葱	じゃがいも、砂糖、米粉	油	
				キャベツとごぼうのサラダ			赤パプリカ	ごぼう、キャベツ、きゅうり、コーン	ドレッシング		
				豆腐とみつばのすまし汁	豆腐		みつば	えのきたけ			
16	火			いわしの生姜煮	いわし			生姜	片栗粉、砂糖		449 552 621 690
				かぼちゃの煮物			かぼちゃ		砂糖		
				白みそ汁	油揚げ (調整食は不使用)、みそ			ねぎ	じゃがいも		
17	水			チャーハン	豚肉		人参	ねぎ、玉葱、椎茸 (調整食は不使用)、にんにく、生姜	米	バター	478 572 635 698
				愛知県産食材入りぎょうざ	豚肉		人参	蓮根、玉葱	片栗粉、小麦粉、上新粉		
				チンゲンサイのスープ			人参、青梗菜	しめじ			
				プリン		牛乳			砂糖		
18	木			ハヤシライス	牛肉		人参、トマト	玉葱、マッシュルーム	じゃがいも、小麦粉 (調整食はアルゲツァリール使用)		511 622 695 769
				春キャベツのサラダ	鶏肉			キャベツ、きゅうり、コーン	ドレッシング		
				りんごゼリー				りんご	砂糖		
19	金			豆腐ハンバーグきのこソース	豆腐、鶏肉、大豆タンパク			玉葱、椎茸、舞茸	じゃがいも、米粉、砂糖		428 527 593 659
				粉ふきいも		チーズ	パセリ		じゃがいも		
				だいこんのみそ汁	油揚げ (調整食は不使用)、みそ		小松菜	大根			

※ 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、上段より、小学部低学年、小学部高学年、中学部、高等部の順番になっています。  
 ※ 調整食には、コーンスターチ、寒天、とろみ剤を使用します。

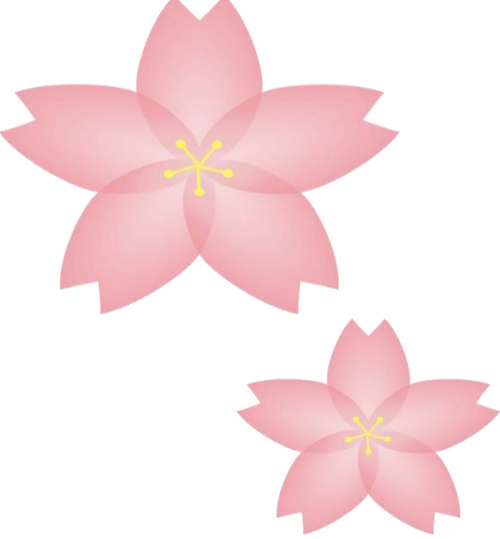




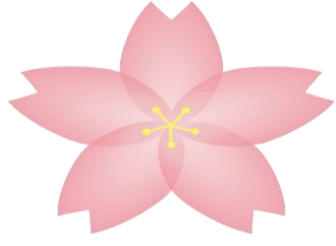
日	曜日	牛乳	主食	献立名	食べ物の種類と体でのたらし						エネルギー (kcal)
					血・肉・骨になる (毎日牛乳が入ります)		はたらく力のもとになる (毎日主食が入ります)		体の調子をととのえる		
					1群	2群	3群	4群	5群	6群	
					魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実	
22	7月			さわらの照り焼き	さわら				砂糖		443 546 614 682
				きんぴらごぼう		人参	ごぼう	こんにゃく、砂糖	ごま油 (調整食は不使用)、ごま (初期食は不使用)		
				厚揚げのみそ汁	厚揚げ (調整食は豆腐使用)、みそ		玉葱、えのきたけ				
23	火			キャベツメンチカツ	牛肉、豚肉			玉葱、キャベツ	パン粉、砂糖、コーンスターチ、小麦粉	油	460 566 636 707
				野菜のケチャップソース		ピーマン、ケチャップ	玉葱、キャベツ、黄パプリカ、エリンギ	砂糖	オリーブ油		
				レタスのカレースープ	ウィンナー	人参	レタス	じゃがいも			
24	水			五目ラーメン	豚肉	牛乳	人参	キャベツ、ねぎ、もやし、コーン			455 560 630 700
				ホキとじゃがいものチリソース	ホキ		トマト	玉葱、ねぎ、にんにく、しょうが	片栗粉、米粉、じゃがいも、砂糖	油	
				みかんゼリーのフルーツポンチ			みかん、甘夏	砂糖			
25	木			クリームシチュー	鶏肉	牛乳	人参	玉葱、しめじ、ブロッコリー	じゃがいも、片栗粉、コーンスターチ、砂糖、米粉		482 593 667 741
				ロールパン大根サラダ	鶏肉	わかめ	大根、きゅうり		ドレッシング		
26	金			ミートボールの甘酢炒め	鶏肉、豚肉、大豆タンパク		ピーマン、赤パプリカ	玉葱、黄パプリカ、たけのこ、エリンギ	でんぷん、砂糖、片栗粉		478 571 633 695
				チンゲンサイのスープ		青梗菜、人参	もやし				
				ヨーグルト		ヨーグルト		砂糖			
30	火			中華飯	豚肉		青梗菜、人参	キャベツ、玉葱、たけのこ、もやし、椎茸 (調整食は不使用)	片栗粉	ごま油 (調整食は不使用)	491 604 680 755
				しゅうまい	豚肉、鶏肉、大豆タンパク、スケトウダラ		玉葱	でんぷん、小麦粉、砂糖	ごま油		
				わかめスープ	豆腐	わかめ	ねぎ、しめじ				

がっこうきゅうしょく えいようしょようりょう めやす  
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 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB <sub>1</sub> (mg)	ビタミンB <sub>2</sub> (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
小学部 (低)	450	摂取エネルギー全体の13~20%	摂取エネルギー全体の20~30%	250	2.7	162	0.35	0.46	20	4.5	2.5g以下
小学部 (高)	570			330	3.2	204	0.41	0.57	23	5.7	
中学部	660			390	3.6	237	0.46	0.63	24	6.6	
高等部	700			360	3.6	256	0.48	0.67	24	7	



## ごにゅうがく ごしんきゅう 御入学・御進級おめでとうございます！



小学部2年生から6年生、中学部、高等部の給食は、10日(水)から始まります。  
小学部1年生の給食は、少し遅れて18日(木)から始まります。  
季節の行事食や、旬の食材を取り入れた、安全・安心でおいしい給食を作っていきます。  
初めて食べる料理もあるかもしれませんが、がんばって一口食べてみましょう！  
新しい教室で、新しい担任の先生や友達と、楽しい給食の時間を過ごしてください。

