





























日	曜	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		
1	火			さばの銀紙焼き きりぼしだいこん にももの切干大根の煮物 さつまいも汁	さば、みそ			大根、グリーンピース	砂糖、米粉		471 579 652 724	
2	水			筑前煮 焼き栗コロッケ 厚揚げのみそ汁	鶏肉		人参	ごぼう、大根、こんにゃく	砂糖	栗、じゃがいも、さつまいも、小麦粉、パン粉	油	479 590 663 737
3	木			ナポリタン コンソメスープ ミルメーク (ココア)	ウィンナー	チーズ (初期食は不使用)	人参、ピーマン、トマト	玉葱	小麦粉	オリーブ油		447 546 611 677
4	金			愛知県産食材入り肉団子 かぼちゃとさつまいものサラダ 白みそ汁	鶏肉、豚肉、豆腐、大豆	チーズ (初期食は不使用)、ヨーグルト	南瓜	生姜、蓮根、玉葱	でんぷん、砂糖	ラード		475 585 658 731
7	月			れんこん入り和風コロッケ ツナサラダ けんちんみそ汁	大豆タンパク	ツナ		キャベツ、きゅうり、コーン	じゃがいも、砂糖、片栗粉、パン粉、小麦粉、米粉	油		471 579 652 724
8	火			厚揚げのカレー炒め ほうれん草のおひたし じゃがいもの白みそ汁	厚揚げ (調整食は豆腐使用)、鶏肉		ほうれん草	玉葱、枝豆	小麦粉 (調整食はアレルギーフリー使用)			456 561 631 701
9	水			みそラーメン ヤンニョムチキン 中華めん 添え野菜	豚肉	鶏肉	人参	ケチャップ	にんにく、生姜	片栗粉、砂糖、酢	油	465 572 644 715
10	木			高野豆腐と鶏肉の煮物 コーンしゅうまい さつまいものみそ汁	高野豆腐 (調整食は豆腐使用)、鶏肉	スケソウダラ、豆腐、大豆タンパク	人参	キャベツ	砂糖			438 539 607 674
11	金			きのこのハヤシライス キャベツとごぼうのサラダ	鶏肉		人参、トマト	玉葱、マッシュルーム、しめじ、エリンギ	じゃがいも、小麦粉 (調整食はアレルギーフリー使用)、砂糖			456 562 632 702

- ※ 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。

学校給食の栄養所要量の目安

	エネルギー (kcal)	たんぱく質	脂肪	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		
中学部	660			390	3.6	237	0.46	0.63	24		
高等部	700			360	3.6	256	0.48	0.67	24		

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		
					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	
15	火			豚丼	豚肉			玉葱、ねぎ、こんにゃく	砂糖	464 571 643 714	
				さつまいもの煮物	竹輪	昆布			さつまいも		
				なめこ汁	豆腐、みそ		みつば	なめこ			
16	水			肉みそソフトめん	鶏肉、豚肉、みそ		人参	玉葱、枝豆、椎茸 (調整食は不使用)	片栗粉	534 638 708 778	
				大根とわかめのレモン和え		わかめ		大根、きゅうり、レモン	砂糖、酢		
				ソフトめん	大豆タンパク (調整食は不使用)				さつまいも、じゃがいも、砂糖		バター (初期食のみ使用)
17	木			クリームシチュー	鶏肉	牛乳	人参、ブロッコリー	玉葱	じゃがいも	474 583 656 729	
				シーフードサラダ	いか、えび			キャベツ、きゅうり			ドレッシング
18	金			いわしの生姜煮	いわし			生姜	片栗粉、砂糖	423 521 586 651	
				かぼちゃとブロッコリーのごまみそ和え	みそ		南瓜、ブロッコリー	しめじ	砂糖		ごま (初期食は不使用)
				豆腐のすまし汁	豆腐	わかめ		白菜			
21	月			白身魚のマヨチリソース	ホキ		ピーマン、トマト	玉葱、生姜、にんにく	じゃがいも、砂糖	ノンエッグマヨネーズ (調整食は不使用)	427 526 591 657
				チンゲンサイのスープ			青梗菜、人参	キャベツ			
22	火			キャベツのごまみそ炒め	豚肉、厚揚げ (調整食は豆腐使用)、みそ		人参	キャベツ、玉葱、しめじ、生姜	砂糖、片栗粉	ごま (初期食は不使用)	436 536 603 670
				たこボール入りスープ	たこ、たら			ねぎ、大根	砂糖		
23	水			五目あんかけうどん	鶏肉、油揚げ (調整食は不使用)		人参	白菜、ねぎ、椎茸 (調整食は不使用)	片栗粉	453 543 603 663	
				ふかしいも					さつまいも		
				うどん		ヨーグルト		ぶどう	砂糖		
24	木			きのこ鶏肉のチンジャオロース	鶏肉		ピーマン、人参	エリンギ、舞茸、生姜	砂糖、片栗粉	431 543 603 663	
				揚げぎょうざ	豚肉		にら	玉葱、キャベツ、にんにく	小麦粉、パン粉、砂糖		豚脂、油
				わかめスープ	豆腐	わかめ		白菜、もやし			
25	金			うずらたまご入りみそおでん	うずら卵、竹輪、がんもどき (調整食は豆腐使用)、みそ		人参	大根、ごぼう、こんにゃく	砂糖	446 542 605 669	
				キャベツのゆかり和え			しそ	キャベツ、きゅうり			
				りんごゼリー				りんご	砂糖		
28	月			ミートボールカレー	豚肉、鶏肉、大豆タンパク		人参	玉葱、にんにく、生姜	じゃがいも、小麦粉 (調整食はアレルギーフリー使用)	487 599 674 749	
				カラフルサラダ			赤パプリカ	キャベツ、きゅうり、枝豆			ドレッシング
29	火			キャベツメンチカツ	豚肉、牛肉			玉葱、キャベツ	砂糖、小麦粉、パン粉、片栗粉	油	439 540 608 675
				大根サラダ				大根、きゅうり、コーン		ドレッシング	
				ミネストローネ			人参、トマト	玉葱、セロリ	じゃがいも		
30	水			錦織りなす小牧山ごはん	鶏肉		人参	蓮根、椎茸 (調整食は不使用)、グリーンピース	砂糖	くり	441 536 599 662
				ブロッコリーごまマヨ和え			ブロッコリー	コーン、キャベツ		ノンエッグマヨネーズ (調整食は不使用)、ごま (初期食は不使用)	
				ほうれん草のみそ汁	みそ		ほうれん草	玉葱、えのきたけ			
				ラ・フランスゼリー				洋梨	砂糖		
31	木			まぐろのマリアナソース	まぐろ		トマト	生姜	片栗粉、じゃがいも、砂糖	油	487 599 674 749
				かぼちゃとベーコンのポトフ	ベーコン		南瓜、ブロッコリー	玉葱、白菜			