

[令和5年度3月 献立予定表]

愛知県立豊田高等特別支援学校

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる 主な食材	黄の仲間 熱や力の元になる 主な食材	緑の仲間 体の調子を整える 主な食材
4月	牛乳 土手飯 野菜たっぷり汁	牛乳,豚肉 豚小腸,厚揚げ わかめ,油揚げ	米,油 こんにゃく 里芋,じゃが芋	ごぼう,なす,竹の子,大根 にんじん,干しいたけ カリフラワー,白菜 玉ねぎ,にんじん
5火	牛乳 洋風散らし寿司 高野豆腐の煮付け 澄まし汁	牛乳,卵,竹輪 凍り豆腐,油揚げ 豆腐,かまぼこ まぐろ,ソーセージ	米,油 とうもろこし	きゅうり,干しいたけ ふなしめじ,いんげん にんじん,玉ねぎ,ねぎ
6水	牛乳 ごはん 生揚げの肉みそいため こんにゃくの土佐煮 ふだま汁	牛乳,豚ひき肉 竹輪 生揚げ	米,こんにゃく 焼きふ	ふなしめじ,玉ねぎ,しょうが にんにく,大根,ほうれん草 にんじん,干しいたけ,根みつば
7木	牛乳 もずく丼 野菜汁 かぼちゃの煮付	牛乳,もずく,豚肉 竹輪,わかめ かまぼこ,油揚げ,生揚げ	米,油 じゃが芋 こんにゃく	ごぼう,ふなしめじ,玉ねぎ,にんじん 干しいたけ,カリフラワー 白菜,玉ねぎ,西洋かぼちゃ さやえんどう
8金	牛乳 ミートソースソフト麺 豆腐ハンバーグ こんにゃくサラダ	牛乳,豚ひき肉,豆腐 大豆,こんぶ,枝豆	ソフト麺,油 とうもろこし	しめじ,にんじん,玉ねぎ ピーマン,トマト サラダ用こんにゃく カリフラワー,きゃべつ
11月	牛乳 チキンライス 野菜コロッケ クリームスープ	牛乳,とり肉 グリーンピース	米,油 じゃが芋 とうもろこし	玉ねぎ,にんじん トマト,玉ねぎ,エリンギ
12火	牛乳 菜飯ごはん 高野豆腐の煮付け 澄まし汁	牛乳,凍り豆腐 竹輪,油揚げ 豆腐,わかめ	米,こんにゃく じゃが芋	菜飯の素,玉ねぎ,いんげん にんじん,ごぼう ふなしめじ,ねぎ
13水	牛乳 中華飯 とりの唐揚げ もやしのだんごあえ	牛乳,豚肉 とり肉,わかめ	米,油	白菜,玉ねぎ,にんじん 竹の子,ふなしめじ,もやし
14木	牛乳 混ぜごはん 白身魚フライ いり豆腐	牛乳,とり肉,油揚げ 白身魚(ホワイトルーティン) 竹輪,芽ひじき 枝豆,豆腐,まぐろ	米,油 ごま油	にんじん,干しいたけ ピーマン,きゃべつ にんにく,しょうが
15金	牛乳 ごはん いわしのみそ煮 野菜いため 澄まし汁	牛乳,いわし 豚肉,油揚げ 豆腐,わかめ	米,油 里芋	きゃべつ,にんじん,玉ねぎ ふなしめじ,ピーマン フロコリー,ごぼう,ねぎ
18月	牛乳 ごはん とり肉のキムチ炒め わかめスープ	牛乳,とり肉 わかめ,なると	米,じゃが芋 油,ごま油	白菜,玉ねぎ,にんじん ふなしめじ,白菜 いんげん,しょうが 竹の子,ほうれん草
19火	牛乳 ごはん 回鍋肉 ハンバーグ 中華スープ	牛乳,豚肉 とり肉,わかめ ハンバーグ	米,油 ごま油	きゃべつ,ピーマン,にんじん 玉ねぎ,竹の子 ふなしめじ,もやし,干しいたけ

※材料の納入都合により献立・食材は変更する場合があります。