



令和6年 6月献立表



今月の給食目標：よくかんで食べよう。

愛知県立豊田高等特別支援学校

日曜	献立名	主な材料とその働き						エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		【赤】 体を作る		【緑】 体の調子を整える		【黄】 体を動かすエネルギーになる		
		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	
3月	牛乳		牛乳					853 29.1
	チャーハン	ショルダーベーコン		にんじん	たまねぎ グリンピース	ごはん	菜種油	
	揚げぎょうざ (3個)	豚肉			キャベツ たまねぎ にら にんにく	砂糖 小麦粉	菜種油	
	中華和え			ほうれんそう	キャベツ とうもろこし		香味ドレッシング	
	五目スープ	豆腐 うずら卵	わかめ	チンゲンサイ にんじん				
4火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		892 28.2
	ハンバーグの デミグラスソースかけ	鶏肉 豚肉			ぶなしめじ たまねぎ	砂糖	ハヤシルウ 菜種油	
	◎切干しだいごんの ツナマヨサラダ	まぐろ油漬		にんじん	切干しだいごん キャベツ		マヨネーズ	
	ミネストローネ	ショルダーベーコン 大豆		トマト パセリ	たまねぎ セロリ にんにく	じゃがいも	オリーブ油	
	ヨーグルト			ヨーグルト				
5水	ごはん 牛乳			牛乳			ごはん	
	いわしの梅煮 (1尾)	いわし			梅干し	砂糖 ばれいしょでんぶん		
	◎筑前煮	鶏肉	にんじん さやいんげん	ごぼう れんこん しいたけ	こんにやく 砂糖	ごま油		
	新たまねぎのみそ汁	油揚げ 豆みそ 米みそ	にんじん	たまねぎ ねぎ	じゃがいも			
6木	あいちの米粉パン 牛乳		牛乳			あいちの米粉パン		801 30.0
	焼きビーフン	豚肉 はんぺん	にんじん	キャベツ さやいんげん 紅しょうが	ビーフン	ごま油		
	◎ごぼうサラダ	ささみオイル漬	にんじん	ごぼう きゅうり	砂糖	ごま ごまドレッシング		
	レモンポンチ			黄桃 バイナップル みかん レモン果汁				
7金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		812 32.0
	肉じゃが	豚肉	にんじん	たまねぎ	じゃがいも しらたき 砂糖	菜種油		
	ごま和え		にんじん ほうれんそう	キャベツ りょくとうもやし	砂糖	ごま		
	◎めひかりフライ (3尾)	めひかり			パン粉 小麦粉	菜種油		
10月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		880 29.9
	◎えびといかの チリソース炒め	いか えび	おきあみ あおさ		たまねぎ しょうが にんにく	小麦粉 砂糖 ばれいしょでんぶん	菜種油	
	ツナサラダ	まぐろ油漬	にんじん	キャベツ きゅうり	砂糖	ごま ごま油		
	中華かきたま汁	豆腐 卵			しいたけ ねぎ	ばれいしょでんぶん	ごま油	
11火	麦ごはん 牛乳		牛乳			ごはん 麦		880 31.3
	カレー	豚肉	チーズ 牛乳	にんじん	たまねぎ グリンピース	じゃがいも	カレールウ	
	ミックスビーンズのサラダ	大豆 赤いんげん豆 ひよこ豆			きゅうり キャベツ		コールスロドレッシング	
	オムレツ (1個)	鶏卵				砂糖	植物油	
	ももゼリー				もも果汁 ももピューレー	砂糖		
12水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		799 32.8
	さけの銀紙蒸し (1切れ)	さけ			だいごん	砂糖 ばれいしょでんぶん		
	ひじきのマヨネーズ和え		米ひじき		とうもろこし キャベツ きゅうり	砂糖	マヨネーズ	
	みそけんちん汁	鶏肉 油揚げ 豆みそ 米みそ	にんじん		ねぎ だいごん ごぼう			
	ふりかけ	かつお節				砂糖	ごま	
13木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		825 31.0
	回鍋肉	豚肉 豆みそ 生揚げ		青ピーマン にんじん	キャベツ たまねぎ にんにく しょうが	砂糖	ごま油	
	海藻サラダ	まぐろ油漬	わかめ 昆布 茎わかめ		とうもろこし きゅうり		中華ごまドレッシング	
	ショウロンポウ (2個)	豚肉			たまねぎ キャベツ しょうが	はるさめ 砂糖 ばれいしょでんぶん		
14金	豊田めん 牛乳		牛乳			豊田めん		799 32.9
	ミートソース	豚ひき肉		にんじん トマト	たまねぎ グリンピース にんにく	砂糖 ばれいしょでんぶん		
	ささみのサラダ	ささみオイル漬	にんじん	キャベツ きゅうり		フレンチドレッシング		
	ホキフライ (1切れ)	ホキ				パン粉 小麦粉	菜種油	

※歯と口の健康週間 (4日~10日) の◎が付いている料理は、よくかむことを目的としています。

日 曜	献立名	主な材料とその働き						エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		【赤】 体を作る		【緑】 体の調子を整える		【黄】 体を動かすエネルギーになる		
		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	
17月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		824 36.4
	さわらのみそマヨ焼き (1切れ)	さわら 豆みそ				砂糖	マヨネーズ	
	アーモンド和え			にんじん ほうれんそう	キャベツ	砂糖	アーモンド	
	ふだま汁	豆腐		にんじん	だいこん ごぼう ねぎ	焼きふ		
18火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		790 31.2
	生揚げのピリ辛炒め	豚肉 生揚げ		にんじん	にんにく はくさい	砂糖 はるさめ	ごま油	
	バンバンジー	ささみオイル漬		にんじん	きゅうり		ごまドレッシング	
	レタススープ				たまねぎ ぶなしめじ りょくとうもやし レタス		ごま油	
19水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		818 32.6
	じゃがいもと ツナの煮物	まぐろ油漬		にんじん	たまねぎ グリンピース	じゃがいも 砂糖	菜種油	
	キャベツの 塩昆布和え		塩昆布	にんじん	キャベツ きゅうり りょくとうもやし	砂糖		
	みそカツ (1個)	鶏肉 豆みそ				パン粉 小麦粉 砂糖	菜種油	
20木	麦ごはん 牛乳		牛乳			ごはん 麦		819 28.9
	愛知大豆のドライカレー	豚肉 大豆		にんじん	たまねぎ しょうが にんにく	小麦粉	菜種油	
	コールスローサラダ			にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし		コールスロドレッシング	
	ほうれんそうの豆乳スープ	ポークウィンナー 豆乳		ほうれんそう	たまねぎ	じゃがいも	ホワイトルウ 菜種油	
	オレンジ				オレンジ			
21金	菜飯ごはん 牛乳		牛乳			だいこん葉	ごはん	827 29.3
	がんもどきの含め煮	鶏肉 がんもどき		にんじん さやいんげん	だいこん	こんにゃく 砂糖	菜種油	
	ゆかり和え			ほうれんそう しそ粉	りょくとうもやし キャベツ			
	ししゃもフライ (3尾) (ウスターソース)		からふとししゃも			パン粉 小麦粉	菜種油	
24月	サンドイッチロールパン 牛乳		牛乳			サンドイッチロールパン		843 28.9
	ツナポテサンド	まぐろ油漬			きゅうり	じゃがいも	マヨネーズ	
	ミニナポリタン	ポークウィンナー		青ピーマン にんじん	たまねぎ にんにく しょうが	スパゲティ	菜種油	
	肉団子とキャベツスープ	牛肉 豚肉 鶏肉			たまねぎ キャベツ えのきたけ ねぎ	小麦粉 砂糖 とうもろこしでんぷん		
25火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		877 32.3
	たちうおの竜田揚げ (1切れ)	たちうお			しょうが にんにく	ばれいしょでんぷん	菜種油	
	切干しだいこんのソース炒め	豚肉		にんじん	切干しだいこん キャベツ	砂糖	ごま油	
	もずくのすまし汁	豆腐	もずく		りょくとうもやし ねぎ だいこん しょうが			
26水	麦ごはん 牛乳		牛乳			ごはん 麦		887 33.4
	ビビンバ丼の具 (豚肉)	豚肉 大豆			たまねぎ しょうが にんにく	砂糖	ごま油	
	ビビンバ丼の具 (ナムル)			ほうれんそう にんじん	切干しだいこん りょくとうもやし	砂糖	ごま油 ごま	
	キムチスープ	ショルダーベーコン 豆腐 豆みそ		にら	にんにく えのきたけ たまねぎ キムチ		ごま油	
	マンゴープリン		生クリーム		マンゴーピューレー	砂糖		
27木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		816 34.0
	鶏肉の塩こうじ焼き (1個)	鶏肉				塩こうじ		
	にんじんしりしり	まぐろ油漬 鶏卵		にんじん	りょくとうもやし		菜種油	
	なすのみそ汁	豆腐 豆みそ 米みそ			なす だいこん ねぎ			
28金	麦ごはん 牛乳		牛乳			ごはん 麦		895 30.8
	ハヤシ	豚肉		にんじん トマトピューレー	たまねぎ グリンピース	じゃがいも	ハヤシルウ 菜種油	
	キャベツのマリネ			にんじん	キャベツ とうもろこし	砂糖		
	大豆ナゲット (3個)	鶏肉 大豆		にんじん		ばれいしょでんぷん 砂糖	菜種油	

※材料の納入都合により献立・食材を変更する場合があります。