



# 令和7年 2月献立表



今月の給食目標：感謝の気持ちをもって食事をしよう。

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<br>(kcal)<br>たんぱく質<br>(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                      |              |                 |                       |                           | 801<br>32.8                     |
|             | 節分献立                   |                             |                         |              |                 |                       |                           |                                 |
|             | いわしの蒲焼き                | 麦ごはん<br>いわしの蒲焼き<br>(蒲焼きのたれ) | いわし                     |              |                 |                       | ごはん 麦<br>米粉 ばれいしょでんぶん 菜種油 |                                 |
|             | キャベツの塩昆布和え             |                             |                         | 昆布           | にんじん            | キャベツ きゅうり             |                           |                                 |
|             | かしわ汁                   |                             | 鶏肉 かまぼこ                 |              | にんじん            | ごぼう だいこん 根深ねぎ         |                           |                                 |
| 節分豆         |                        | 大豆                          |                         |              |                 |                       |                           |                                 |
| 4火          | ごはん 牛乳                 |                             | 牛乳                      |              |                 | ごはん                   |                           | 864<br>29.3                     |
|             | 鶏肉のから揚げ(1個)            |                             | 鶏肉                      |              |                 | しょうが にんにく             | ばれいしょでんぶん 菜種油             |                                 |
|             | ポテトサラダ                 |                             |                         |              | にんじん            | きゅうり                  | じゃがいも                     |                                 |
|             | はくさいのみそ汁               |                             | 木綿豆腐 豆みそ 米みそ            |              | にんじん            | えのきたけ はくさい<br>根深ねぎ    |                           |                                 |
| 5水          | ごはん 牛乳                 |                             | 牛乳                      |              |                 | ごはん                   |                           | 805<br>26.6                     |
|             | ハンバーグの<br>トマトソースかけ(1個) |                             | 鶏肉 豚肉                   |              | トマト             | たまねぎ                  | 砂糖 ばれいしょでんぶん              |                                 |
|             | マカロニサラダ                |                             |                         |              |                 | どうもろこし きゅうり           | マカロニ                      |                                 |
|             | ポトフ                    |                             | 鶏肉                      |              | にんじん            | キャベツ たまねぎ             | じゃがいも                     |                                 |
| 6木          | ごはん 牛乳                 |                             | 牛乳                      |              |                 | ごはん                   |                           | 802<br>28.4                     |
|             | さばのみそ煮(1尾)             |                             | さば                      |              |                 | 砂糖                    |                           |                                 |
|             | きんぴらごぼう                |                             |                         | にんじん さやいんげん  | ごぼう             | こんにゃく 砂糖              | 菜種油 ごま油 ごま                |                                 |
|             | ふだま汁                   |                             | かまぼこ                    |              | にんじん            | だいこん 根深ねぎ             | 焼きふ                       |                                 |
|             | オレンジ                   |                             |                         |              |                 | オレンジ                  |                           |                                 |
| 7金          | ごはん 牛乳                 |                             | 牛乳                      |              |                 | ごはん                   |                           | 793<br>30.1                     |
|             | 肉じゃが                   |                             | 豚肉                      |              | にんじん            | たまねぎ グリンピース           | じゃがいも こんにゃく 砂糖            |                                 |
|             | 海藻サラダ                  |                             | わかめ 昆布 茎わかめ             |              | にんじん            | キャベツ きゅうり             |                           |                                 |
|             | れんこん入りつくね(3個)          |                             | 鶏肉 豚肉 大豆 豆腐             |              |                 | たまねぎ れんこん しょうが        | ばれいしょでんぶん 砂糖              |                                 |
| 10月         | ごはん 牛乳                 |                             | 牛乳                      |              |                 | ごはん                   |                           | 801<br>33.6                     |
|             | みそ煮込みおでん               |                             | 豚肉 はんぺん 生揚げ<br>うずら卵 豆みそ |              | 昆布              | だいこん                  | こんにゃく さといも 砂糖             |                                 |
|             | ごま和え                   |                             |                         |              | にんじん ほうれんそう     | はくさい                  | 砂糖                        |                                 |
|             | わかさぎのから揚げ              |                             | わかさぎ                    |              |                 |                       | 米粉 ばれいしょでんぶん              |                                 |
| 13木         | ごはん 牛乳                 |                             | 牛乳                      |              |                 | ごはん                   |                           | 801<br>28.8                     |
|             | 豚キムチ                   |                             | 豚肉                      |              | にんじん            | キャベツ キムチ              | 砂糖                        |                                 |
|             | 米粉チヂミ(1個)              |                             | 豆腐                      |              | にら にんじん         | たまねぎ                  | 米粉 じゃがいも 砂糖               |                                 |
|             | わかめスープ                 |                             | 木綿豆腐                    |              | わかめ             | えのきたけ たまねぎ            |                           |                                 |
| 14金         | 牛乳                     |                             | 牛乳                      |              |                 |                       |                           | 800<br>32.9                     |
|             | 五目うどん                  |                             | ソフトめん                   |              |                 |                       | ソフトめん                     |                                 |
|             | 五目うどんの汁                |                             | 鶏肉 かまぼこ 油揚げ             |              | にんじん            | ごぼう はくさい<br>根深ねぎ しいたけ |                           |                                 |
|             | ブロッコリーサラダ              |                             |                         |              | ★ブロッコリー<br>にんじん | キャベツ                  |                           |                                 |
| ハートコロッケ(1個) |                        | 鶏肉                          |                         | かぼちゃ         | たまねぎ            | パン粉 小麦粉 砂糖            |                           |                                 |
| 17月         | ごはん 牛乳                 |                             | 牛乳                      |              |                 | ごはん                   |                           | 796<br>29.7                     |
|             | ひきずり                   |                             | 鶏肉 焼き豆腐                 |              |                 | 根深ねぎ ぶなしめじ<br>はくさい    | こんにゃく 角ふ 砂糖               |                                 |
|             | ゆかり和え                  |                             |                         |              | ほうれんそう しそ粉      | だいこん キャベツ             |                           |                                 |
|             | かつおカツ(1個)              |                             | かつお                     |              |                 | たまねぎ しょうが             | パン粉 小麦粉 砂糖                |                                 |

※3日～7日の献立で下線が付いている料理は、全校のみなさんがリクエストした料理でランキング上位のおかずです。

※食品名の前に★が付いている食品は、本校の農芸野菜を使用する予定です。

※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。

| 日       | 曜 | 献立名                       | 主な材料とその働き                           |              |               |                        |                       |             | エネルギー<br>(kcal)<br>たんぱく質<br>(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                 |             |                                 |        |
| 18      | 火 | 麦ごはん 牛乳                   |                                     | 牛乳           |               |                        | ごはん 麦                 |             | 804<br>27.5                     |        |
|         |   | ドライカレー                    | 豚肉                                  |              | にんじん          | たまねぎ しょうが にんにく         | 小麦粉                   | 菜種油         |                                 |        |
|         |   | フルーツ白玉                    |                                     |              |               | 黄桃 バインアップル みかん         | 白玉だんご                 |             |                                 |        |
|         |   | 大麦入り野菜スープ                 | ショルダーベーコン                           |              | にんじん パセリ      | キャベツ                   | じゃがいも 押麦              | 菜種油         |                                 |        |
| 19      | 水 | ごはん 牛乳                    |                                     | 牛乳           |               |                        | ごはん                   |             | 808<br>33.0                     |        |
|         |   | レバーとじゃがいもの甘辛和え            | レバー 鶏肉                              |              |               |                        | ぼれいしよてんぷん<br>じゃがいも 砂糖 | 菜種油         |                                 |        |
|         |   | なばなのおひたし                  |                                     |              | にんじん ★なばな     | はくさい りょくとうもやし          | 砂糖                    |             |                                 |        |
|         |   | 粕汁                        | 木綿豆腐 米みそ                            |              | にんじん          | だいこん えのきたけ<br>根深ねぎ     |                       |             |                                 |        |
| 20      | 木 | 麦ごはん 牛乳                   |                                     | 牛乳           |               |                        | ごはん 麦                 |             | 844<br>29.3                     |        |
|         |   | ハヤシライス                    | 豚肉                                  |              | にんじん トマト      | にんにく たまねぎ<br>ぶなしめじ     | じゃがいも                 | 菜種油 ハヤシルウ   |                                 |        |
|         |   | ごぼうサラダ                    |                                     |              | にんじん          | ごぼう きゅうり キャベツ          | 砂糖                    | ごま ごまドレッシング |                                 |        |
|         |   | チーズ入りオムレツ (1個)            | 鶏卵                                  | チーズ          |               |                        |                       |             |                                 |        |
| 21      | 金 | ごはん 牛乳                    |                                     | 牛乳           |               |                        | ごはん                   |             | 806<br>31.1                     |        |
|         |   | 麻婆豆腐                      | 木綿豆腐 豚肉 豆みそ                         |              | にんじん          | たまねぎ 根深ねぎ<br>にんにく しょうが | 砂糖 ぼれいしよてんぷん          | ごま油         |                                 |        |
|         |   | ナムル                       |                                     |              | チンゲンサイ        | りょくとうもやし キャベツ          | 砂糖                    | ごま油         |                                 |        |
|         |   | えびしゅうまい (3個)              | えび すけとうだら                           |              |               | たまねぎ                   | パン粉 小麦粉<br>じゃがいもてんぷん  |             |                                 |        |
| 25      | 火 | 牛乳                        |                                     | 牛乳           |               |                        |                       |             | 823<br>29.3                     |        |
|         |   | ホットドッグ                    | サンドイッチ<br>ロールパン<br>ソーセージ<br>(ケチャップ) | ソーセージ        |               |                        |                       | サンドイッチロールパン |                                 |        |
|         |   | キャベツのサラダ                  |                                     |              | にんじん          | キャベツ きゅうり              |                       | フレンチドレッシング  |                                 |        |
|         |   | コンクリームスープ                 |                                     | チーズ 生クリーム 牛乳 | パセリ           | とうもろこし たまねぎ            | じゃがいも 薄力粉             | 無塩バター オリーブ油 |                                 |        |
| 26      | 水 | ごはん 牛乳                    |                                     | 牛乳           |               |                        | ごはん                   |             | 801<br>35.1                     |        |
|         |   | 高野豆腐の煮物                   | 凍り豆腐 鶏肉 焼き竹輪                        |              | さやいんげん にんじん   | たまねぎ                   | じゃがいも 砂糖              |             |                                 |        |
|         |   | 酢の物                       |                                     | わかめ          |               | キャベツ きゅうり              | 砂糖                    |             |                                 |        |
|         |   | いわしの梅煮 (1尾)               | いわし                                 |              |               | 梅干し                    | 砂糖<br>ぼれいしよてんぷん       |             |                                 |        |
| 27      | 木 | 牛乳                        |                                     | 牛乳           |               |                        |                       |             | 818<br>30.5                     |        |
|         |   | 麦ごはん                      |                                     |              |               |                        | ごはん 麦                 |             |                                 |        |
|         |   | ピビンパ井<br>具 (豚肉)           | 豚肉                                  |              |               | たまねぎ しょうが にんにく         | 砂糖                    | ごま油         |                                 |        |
|         |   | 具 (ナムル)                   |                                     |              |               | ほうれんそう にんじん            | 切干しだいこん<br>りょくとうもやし   | 砂糖          |                                 | ごま油 ごま |
|         |   | 五目スープ                     | ショルダーベーコン うずら卵                      |              | チンゲンサイ にんじん   | はくさい                   |                       |             |                                 |        |
| いちごクレープ |   | 豆乳                        |                                     |              | いちご           | 砂糖 米粉                  | 植物油                   |             |                                 |        |
| 28      | 金 | ちらし寿司 牛乳                  | 油揚げ 焼き竹輪 鶏卵                         | 牛乳 のり        | にんじん          | れんこん しいたけ              | ごはん 砂糖                |             | 861<br>32.0                     |        |
|         |   | ししゃもフライ (3尾)<br>(ウスターソース) | ししゃも                                |              |               |                        |                       | 菜種油         |                                 |        |
|         |   | 沢煮粽                       | 豚肉                                  |              | 糸みつば にんじん     | たけのこ ごぼう<br>しょうが えのきたけ |                       |             |                                 |        |

※食品名の前に★が付いている食品は、本校の農芸野菜を使用する予定です。

※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。

## 節分献立 3日 (月)

節分とは「季節を分ける」という意味で、春の始まりである「立春」の前日(2月2日)のことをいいます。昔から、季節の変わり目には「おに」が出るといわれていて、「おに」を追いはらうために、豆まきを行ったり、いわしをつるしたりします。給食では、いわしのかば焼き井と節分豆が出ます。



## 卒業祝い献立 27日 (木)

3年生のみなさんの卒業をお祝いして、リクエストメニューにしました。リクエストランキング1位はピビンパ井です！食べることを大切にすることは、自分自身を大切にすることにつながります。給食から学んだことを生かして、健康で充実した毎日を送ってほしいと願っています。



## 全国学校給食週間 3日～7日 (金)

学校給食は、戦争の影響で食料が不足し一時中断しました。しかし、子どもたちの栄養状態を改善しようと、昭和21年12月24日にアメリカから支援物資が贈呈されました。1月24～30日を「全国学校給食週間」と定められましたが、本校は入学者選考と重なるため、2月3日～7日としています。

そこで、全校のみなさんに食べたいおかず(主菜、副菜)のアンケートを行いました。3～7日は、人気のおかずを組み合わせています。

## ひなまつり献立 28日 (金)

ひなまつりは「桃の節句」といい、女の子の健やかな健康と幸せを願います。行事食として、ちらし寿司、ひなあられ、ひしもちなど食べられてきました。給食では、ちらし寿司が出ます。

