



令和7年 10月献立表



今月の給食目標：自然の恵みに感謝しよう。

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 (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	
1 水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		842 33.4
	みそカツ (1個)	鶏肉 豆みそ				パン粉 小麦粉 砂糖	菜種油 ごま	
	和風コールスローサラダ	まぐろ油漬 まぐろ節			キャベツ きゅうり とうもろこし	砂糖	マヨネーズ	
	けんちん汁	木綿豆腐 油揚げ		にんじん	だいこん ごぼう 根深ねぎ	こんにゃく		
2 木	牛乳		牛乳					862 27.3
	豚丼	麦ごはん 具	豚肉			ごはん 麦		
	キャベツの塩昆布和え		塩こんぶ	にんじん	たまねぎ しょうが	しらたき 砂糖		
	きびなごのカリカリフライ (2尾)	きびなご			しょうが	じゃがいも 水あめ 米粉 ばれいしょでんぶ	菜種油	
	塩レモンシャーベット				レモン果汁			
3 金	牛乳		牛乳					809 27.7
	中華飯	麦ごはん 具	豚肉 うずら卵			ごはん 麦		
	ナムル			にんじん チンゲンサイ	はくさい たまねぎ りよくとうもやし	ばれいしょでんぶ	菜種油	
	わかめスープ	ショルダーベーコン 木綿豆腐	わかめ	にんじん	キャベツ きゅうり りよくとうもやし	砂糖	ごま油	
	梨				たまねぎ		ごま ごま油	
6 月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		824 31.4
	さばの銀紙焼き (1個)	さば 米みそ				砂糖 米粉		
	ごま和え			にんじん ほうれんそう	キャベツ	砂糖	ごま	
	のっぺい汁	油揚げ		葉ねぎ	だいこん ごぼう	ざといも こんにゃく ばれいしょでんぶ	ごま油	
	月見大福	いんげんまめ 豆乳				砂糖 米粉 さつまいも		
7 火	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 グリンピース	じゃがいも しらたき 砂糖	菜種油	
	酢の物		わかめ		きゃべつ きゅうり	砂糖		
	愛知の肉団子 (3個)	鶏肉 大豆 豚肉 木綿豆腐			たまねぎ れんこん	ばれいしょでんぶ 砂糖	菜種油	
8 水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		812 29.2
	ユーリンチー	鶏肉			根深ねぎ	ばれいしょでんぶ 砂糖	菜種油 ごま油	
	いかと青菜の中華炒め	いか		チンゲンサイ	はくさい	ばれいしょでんぶ	菜種油	
	春雨スープ	ショルダーベーコン		にんじん	たけのこ たまねぎ	緑豆はるさめ	ごま油	
9 木	りんごパン 牛乳		牛乳		りんご	パン		807 30.3
	ミートペンネ	豚肉 牛肉		にんじん トマト	たまねぎ にんにく	マカロニ 砂糖	オリーブ油	
	ビーンズサラダ	大豆 まぐろ油漬			きゅうり キャベツ		和風ドレッシング	
	ポトフ	ウインナー		ブロッコリー にんじん	たまねぎ	じゃがいも	菜種油	
	乳酸菌飲料		乳酸菌飲料					
10 金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		810 29.6
	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	菜種油	
	豚肉とひじきの炒め煮	豚肉	米ひじき		ぶなしめじ キャベツ にんにく	砂糖	菜種油	
	さつまいものみそ汁	木綿豆腐 豆みそ 米みそ		にんじん	根深ねぎ	さつまいも		
14 火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		885 28.9
	回鍋肉	豚肉		青ピーマン にんじん	キャベツ にんにく しょうが	砂糖	ごま油	
	チョレギサラダ	まぐろ油漬	のり	チンゲンサイ にんじん	きゅうり キャベツ レモン果汁		ごま ごま油	
	しそ入り春巻き (1個)	鶏肉		にんじん 青しそ	たまねぎ キャベツ 根深ねぎ	はるさめ 小麦粉 砂糖 ばれいしょでんぶ	菜種油	
	フルーツ杏仁		牛乳		みかん 黄桃 パイナップル	水あめ 砂糖		
15 水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		833 28.6
	鶏肉とだいこんのさっぱり煮	鶏肉		にんじん さやいんげん	しょうが だいこん	こんにゃく 砂糖	ごま油	
	ゆかり和え			ほうれんそう しそ粉	だいこん キャベツ			
16 木	スライスパン 牛乳		牛乳			スライスパン		849 30.3
	愛知ボークのウインナー (1本)	豚肉		にんじん	たまねぎ	じゃがいもでんぶ 砂糖		
	カラフルサラダ			ブロッコリー 赤ピーマン	とうもろこし きゅうり キャベツ		サウザンアイランド ドレッシング	
	きのこのクリーム煮	鶏肉	牛乳 生クリーム	にんじん パセリ	たまねぎ エリンギ ぶなしめじ	じゃがいも 薄力粉	オリーブ油 無塩バター	
	りんごジャム				りんご	水あめ 砂糖		

※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 (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金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		886 29.8
	鶏肉の天ぷら(1個)	鶏肉			しょうが	小麦粉	菜種油	
	蒸し野菜			九州地方 (大分県)	かぼちゃ ブロッコリー	じゃがいも	マヨネーズ	
	だんご汁	麦みそ			にんじん だいこん ごぼう しいたけ 根深ねぎ	小麦粉		
20月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		845 30.7
	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 にんにく しょうが	砂糖 ばれいしよでんぶん	ごま油	
	春雨サラダ				キャベツ きゅうり	はるさめ 砂糖	ごま油	
	ごまだんご(2個)	いんげんまめ あずき				もち米粉 砂糖	ごま 植物油	
21火	牛乳		牛乳					841 27.9
	ハヤシライス	麦ごはん				ごはん 麦		
	ハヤシ	豚肉		にんじん トマト	にんにく たまねぎ ぶなしめじ	じゃがいも	菜種油 ハヤシルウ	
	コーンサラダ			にんじん	とうもろこし キャベツ きゅうり	砂糖	オリーブ油	
	チーズオムレツ(1個)	鶏卵	チーズ					
22水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		804 32.5
	栗と鶏肉の煮物	鶏肉 油揚げ		にんじん	ぶなしめじ しいたけ		栗 菜種油	
	いわしのしょうがが煮(1尾)	いわし			しょうが	砂糖		
	さといものみそ汁	木綿豆腐 豆みそ		にんじん	だいこん 根深ねぎ	★さといも		
23木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		820 27.8
	おろしハンバーグ(1個)	鶏肉 豚肉			だいこん	砂糖 ばれいしよでんぶん		
	ごぼうサラダ	かつお油漬		にんじん	ごぼう きゅうり	砂糖	ごま ごまドレッシング	
	秋野菜のスープ	ショルダーベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ れんこん	さつまいも	菜種油	
24金	牛乳		牛乳					840 27.9
	カレー南蛮	豊田めん 汁				豊田めん		
	ごま酢和え	鶏肉 油揚げ	牛乳	にんじん	たまねぎ しいたけ 根深ねぎ	ばれいしよでんぶん	菜種油 カレールウ	
	野菜かき揚げ(1個)	大豆 鶏卵		ほうれんそう	りょくとうもやし キャベツ	砂糖	ごま	
	ぶどうヨーグルト		ヨーグルト	にんじん さやいんげん	たまねぎ	小麦粉 じゃがいも	菜種油	
	ごぼうピラフ 牛乳	ウインナー えだまめ	牛乳	にんじん	エリンギ たまねぎ ごぼう	ごはん	オリーブ油	
27月	えびカツ(1個)	えび 大豆			たまねぎ	パン粉 小麦粉 砂糖	菜種油	843 27.7
	りんごサラダ				りんご きゅうり キャベツ		フレンチドレッシング	
	ミネストローネ	鶏肉 大豆		トマト パセリ	たまねぎ セロリー にんにく	じゃがいも	オリーブ油	
	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
28火	レバーとさつまいもの甘辛和え	レバー 鶏肉				ばれいしよでんぶん さつまいも 砂糖	菜種油	804 32.0
	だいこんサラダ	まぐろ節			だいこん きゅうり とうもろこし		青じそドレッシング	
	ふだま汁	かまぼこ		にんじん	えのきたけ ごぼう 根深ねぎ	焼きふ		
	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
	たんぱく質							
29水	たんぱく質							815 31.0
	さんまのかば焼き丼	さんま				じゃがいもでんぶん	菜種油	
	さんまの唐揚げ(1尾) (かば焼きのたれ)	さんま						
	たくあん和え				千切り大根漬 きゅうり キャベツ	砂糖		
30木	豚汁	豚肉 木綿豆腐 豆みそ 米みそ		にんじん	だいこん ごぼう 根深ねぎ	こんにやく		804 33.1
	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
	生揚げの春雨のピリ辛炒め	豚肉 生揚げ		にんじん	にんにく はくさい	砂糖 普通はるさめ	ごま油	
	海藻サラダ		海藻ミックス		きゅうり キャベツ	砂糖	ごま油	
	中華かきたま汁	鶏卵	わかめ	チンゲンサイ	しいたけ 根深ねぎ	ばれいしよでんぶん	ごま油	
31金	オレンジ				オレンジ			825 37.5
	黒ロールパン 牛乳		牛乳			黒ロールパン		
	さけのムニエル(1切れ)	さけ				薄力粉	オリーブ油 無塩バター	
	ブロッコリーとチーズのサラダ		チーズ	ブロッコリー	きゅうり キャベツ とうもろこし		コールスロドレッシング	
パンブキンポターージュ	ショルダーベーコン	牛乳	かぼちゃ パセリ	たまねぎ	薄力粉	無塩バター オリーブ油		

※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。