



令和7年 12月献立表



今月の給食目標：寒さに負けない食事をしよう。

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 (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		
2 火	牛乳			牛乳					934 30.5	
	チキンカレーライス	麦ごはん					ごはん 麦			
		チキンカレー	鶏肉	生クリーム 牛乳	にんじん トマト	たまねぎ にんにく	じゃがいも	菜種油 バター カレールウ		
	えびのカクテルサラダ		えび			とうもろこし きゅうり レタス		サウザンアイランド ドレッシング		
あじフリッター (2個)		あじ	おきあみ あおさ				小麦粉 上新粉 砂糖	菜種油		
3 水	ごはん 牛乳			牛乳			ごはん		846 34.2	
	さばの塩焼き (1切れ)		さば							
	◎八戸せんべい汁	郷土料理 献立	鶏肉		にんじん	ごぼう キャベツ きゅうり		和風ドレッシング		
		りんごゼリー			にんじん	だいこん ぶなしめじ 根深ねぎ	南部せんべい			
レーズンロールパン 牛乳				牛乳	にんじん	レーズン	ロールパン		872 32.3	
鶏肉と冬野菜のポトフ		鶏肉				れんこん たまねぎ はくさい ぶなしめじ だいこん				
キャベツ入りメンチカツ (1個)		牛肉 豚肉				キャベツ たまねぎ	ばれいしよでんぶん 小麦粉 砂糖	菜種油		
キャロットサラダ					にんじん	きゅうり とうもろこし レモン果汁	砂糖	オリーブ油		
5 金	牛乳			牛乳					807 34.2	
	ピビンバ丼	麦ごはん					ごはん 麦			
		具 (豚肉)	豚肉				しょうが にんにく	砂糖		ごま油 菜種油
		具 (ナムル)			ほうれんそう にんじん	切干しだいこん りよくとうもやし		砂糖		ごま油 ごま
		具 (錦糸卵)	鶏卵					砂糖		菜種油
チンゲンサイのスープ		ショルダーベーコン 木綿豆腐			チンゲンサイ にんじん	たまねぎ		菜種油		
みかん						みかん				
8 月	ごはん 牛乳			牛乳			ごはん		802 35.9	
	すき焼き		牛肉 焼き豆腐				根深ねぎ はくさい	生ふ こんにやく 砂糖		
	わかさぎのから揚げ		わかさぎ					米粉 ばれいしよでんぶん		菜種油
	海藻サラダ			わかめ 昆布 荳わかめ			だいこん キャベツ きゅうり			青じそドレッシング
9 火	りんごパン 牛乳			牛乳		りんご	パン		831 34.6	
	かぶとはくさいのクリーム煮		鶏肉	牛乳		たまねぎ かぶ はくさい マッシュルーム	じゃがいも 薄力粉	オリーブ油		
	ミートボール (2個)		鶏肉 大豆				たまねぎ	パン粉 砂糖		
	キャベツのレモンマリネ				にんじん	キャベツ とうもろこし きゅうり レモン果汁	砂糖	オリーブ油		
10 水	牛乳			牛乳					878 30.6	
	中華飯	麦ごはん					ごはん 麦			
		具	豚肉 うずら卵		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	ばれいしよでんぶん	菜種油		
	チョレギサラダ		まぐろ油漬	焼きのり	にんじん	きゅうり キャベツ レモン果汁		ごま ごま油		
肉だんごもち米蒸し (2個)		豚肉 鶏肉				たまねぎ しいたけ しょうが	ばれいしよでんぶん もち米 パン粉 砂糖			

※献立名の前に◎が付いている料理は、青森の郷土料理です。

※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 (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	
11 木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		857 31.6
	チキン南蛮(1個) (タルタルソース)	鶏肉 鶏卵		パセリ	きゅうり たまねぎ レモン果汁	ばれいしよてんぷん 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			
	だいごのみそ汁	木綿豆腐 豆みそ		にんじん	はくさい だいご 根深ねぎ			
12 金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		869 32.7
	ポークソテー(1枚)	豚肉			りんご しょうが にんにく	薄力粉 砂糖		
	ポテトサラダ			にんじん	きゅうり	じゃがいも	マヨネーズ	
	卵スープ	鶏卵 ベーコン		トマト ほうれんそう	たまねぎ		菜種油	
	いちご				いちご			
15 月	キムチチャーハン 牛乳	豚肉	牛乳		白菜キムチ 千切り大根漬 根深ねぎ にんにく	ごはん	ごま油	816 28.4
	揚げぎょうざ(3個)	豚肉		にら	キャベツ たまねぎ にんにく	パン粉 小麦粉 砂糖	菜種油	
	こんにやくナムル				りょくとうもやし きゅうり キャベツ	こんにやく 砂糖	ごま油	
	五目スープ	木綿豆腐 うずら卵	わかめ	チンゲンサイ にんじん			菜種油	
16 火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		829 36.7
	さといもとだいごのそぼろ煮	豚肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	★だいご	さといも 砂糖 ばれいしよてんぷん	菜種油	
	豆苗とれんごんの和え物			トウモロコシ	れんこん きゅうり		ごまドレッシング	
	たらの銀紙焼き(1切れ)	たら 豆みそ 米みそ				砂糖 キャッサバてんぷん	菜種油	
17 水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		820 33.2
	レバーとごぼうの甘辛和え	レバー 鶏肉			ごぼう	ばれいしよてんぷん 砂糖	菜種油	
	こまつなごま和え			にんじん こまつな	キャベツ りょくとうもやし	砂糖	ごま	
	豆乳みそ汁	油揚げ 調製豆乳 米みそ		にんじん	えのきたけ だいご はくさい 根深ねぎ			
18 木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		798 34.3
	ぶりの三河みりん焼き(1切れ)	ぶり			しょうが	砂糖 ばれいしよてんぷん		
	ひじきの炒め煮	豚肉 大豆	ひじき	にんじん		じゃがいも 砂糖	菜種油	
	はりはり汁	木綿豆腐		きょうな にんじん	ごぼう だいご 根深ねぎ			
	飲むヨーグルト		ヨーグルト					
19 金	ソフトめん 牛乳		牛乳			ソフトめん		892 37.1
	ミートソース	豚肉		にんじん トマト	たまねぎ グリンピース にんにく	ばれいしよてんぷん 砂糖	菜種油	
	ブロッコリーサラダ			ブロッコリー 赤ピーマン	とうもろこし キャベツ		コールスロドレッシング	
	ほうれんそうオムレツ(1個)	鶏卵		ほうれんそう			菜種油	
22 月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		838 28.1
	かぼちゃと鶏肉の煮物	鶏肉 		かぼちゃ にんじん さやいんげん	たまねぎ	砂糖	菜種油	
	れんこんサンドフライ(1個)	鶏肉 			れんこん たまねぎ しいたけ	パン粉 小麦粉	菜種油	
	ゆず和え			にんじん ほうれんそう	キャベツ はくさい ゆず果汁	砂糖		
23 火	チキンライス 牛乳	鶏肉	牛乳	青ピーマン にんじん	たまねぎ マッシュルーム	ごはん	菜種油	910 30.5
	もみの木ハンバーグ(1個) (中濃ソース)	鶏肉 豚肉		トマト	たまねぎ にんにく しょうが	砂糖		
	コーンサラダ				キャベツ きゅうり とうもろこし		コーンクリーミー ドレッシング	
	ABCマカロニスープ			にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも マカロニ	菜種油	
	いちごのクリスマスケーキ	鶏卵 	牛乳		いちご果汁	砂糖 小麦粉 水あめ		

※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。