



令和8年 3月献立表



今月の給食目標：1年間の反省をしよう。

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月	ちらし寿司 (錦糸卵) 牛乳	油揚げ 焼き竹輪 鶏卵	牛乳	にんじん	れんこん しいたけ たけのこ	ごはん 砂糖	菜種油	861 29.0
	ししゃもフライ (3尾) (中濃ソース)	からふととししゃも				パン粉 小麦粉	菜種油	
	ふだま汁			にんじん こまつな	だいこん ごぼう えのきたけ	焼きふ		
	ひなあられ	ひな祭り献立				ひなあられ		
4月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		901 32.3
	クリームシチュー	鶏肉	牛乳 生クリーム	ブロッコリー にんじん	たまねぎ	じゃがいも 薄力粉	バター オリーブ油	
	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	
	アスパラサラダ			アスパラガス	キャベツ きゅうり とうもろこし		サウザンアイランド ドレッシング	
5月	ごはん 牛乳	国際献立 (中国)	牛乳			ごはん		800 33.1
	八宝菜	豚肉 うずら卵		にんじん チンゲンサイ	はくさい たまねぎ しいたけ きくらげ	ばれいしょでんぶん	菜種油	
	海藻サラダ		わかめ 昆布 茎わかめ		きゅうり キャベツ	砂糖	ごま油	
	野菜入りしゅうまい (3個)	鶏肉 豚肉		にんじん ほうれんそう	とうもろこし たまねぎ しょうが	パン粉 小麦粉 砂糖		
6月	牛乳		牛乳					934 37.4
	ツナそばろ丼	麦ごはん 具	まぐろ油漬 大豆	にんじん	とうもろこし 枝豆	砂糖	菜種油	
	ひじきのマヨネーズ和え		ひじき		キャベツ	マカロニ 砂糖	マヨネーズ ごま	
	キムチみそ汁	豚肉 木綿豆腐 豆みそ			白菜キムチ ごぼう だいこん 根深ねぎ	こんにゃく		
	お米のタルト	鶏卵	牛乳			小麦粉 砂糖 米粉	植物油	
9月	牛乳		牛乳					840 26.9
	牛ごぼう丼の具	麦ごはん 具	牛肉	にんじん さやいんげん	ごぼう たまねぎ しょうが	こんにゃく 砂糖		
	コロッケ (1個)	豚肉 牛肉		にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも パン粉 小麦粉 砂糖	菜種油	
	ゆかり和え			しそ粉	だいこん キャベツ きゅうり			
10月	ごはん 牛乳	国際献立 (中国)	牛乳			ごはん		880 34.8
	回鍋肉	豚肉 生揚げ 豆みそ		青ピーマン にんじん	キャベツ りよくとうもろやし にんにく しょうが	砂糖 ばれいしょでんぶん	ごま油	
	パンパンジーサラダ	ささみオイル漬			きゅうり キャベツ		パンパンジードレッシング	
	ワンタンスープ	ショルダーベーコン		にんじん	はくさい たまねぎ エリンギ	小麦粉	菜種油	
	杏仁豆腐		牛乳			砂糖		
11月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		880 35.7
	レバーとじゃがいもの甘辛和え	レバー 鶏肉				ばれいしょでんぶん じゃがいも 砂糖	菜種油	
	菜の花サラダ	鶏卵		なばな			ごま 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 根深ねぎ	こんにゃく		
12月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		826 32.0
	いわしのしょうが煮 (1尾)	いわし			しょうが	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	こんにゃく 砂糖	ごま油	
	生揚げのみそ汁	生揚げ 豆みそ 米みそ		にんじん	たまねぎ 根深ねぎ	じゃがいも		
	いちご				いちご			

※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		
13 金	ソフトめん 牛乳		牛乳			ソフトめん		867 35.0	
	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	砂糖 ばれいしよでんぶん	菜種油		
	ブロッコリーサラダ			ブロッコリー	とうもろこし キャベツ		コールスロドレッシング		
	フルーツヨーグルト		ヨーグルト		黄桃 パインアップル あまなつみかん				
16 月	牛乳		牛乳					872 30.8	
	きなこ揚げパン	きなこ				ロールパン	菜種油		
	カレーポトフ	鶏肉		にんじん	キャベツ たまねぎ	じゃがいも	菜種油		
	ツナサラダ	まぐろ油漬		にんじん	だいこん きゅうり		フレンチドレッシング		
17 火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		847 29.7	
	ヤンニラムチキン (1個)	鶏肉				ばれいしよでんぶん 砂糖 はちみつ	菜種油		
	もやしのナムル			チンゲンサイ	りょくとうもやし キャベツ	砂糖	ごま油		
	かきたま春雨スープ	鶏卵	わかめ	にんじん	たまねぎ	はるさめ	菜種油		
	いよかん				いよかん				
18 水	牛乳		牛乳					800 38.5	
	納豆巻き	ごはん				ごはん			
		チーズ納豆	挽きわり納豆	チーズ	パセリ		砂糖		
		手巻きのり (5枚)		のり					
	塩肉じゃが	鶏肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも こんにやく	菜種油		
麦みそ汁	油揚げ 麦みそ		にんじん	えのきたけ たまねぎ だいこん					
19 木	牛乳		牛乳					925 28.8	
	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
	あじフリッター (2個)	あじ	おきあみ			小麦粉 砂糖 とうもろこしでんぶん	菜種油		
	キャベツのレモンマリネ			にんじん	キャベツ レモン果汁 きゅうり	砂糖	オリーブ油		
カスタードプリン	鶏卵	牛乳				砂糖	植物油		

※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。

～1年間の給食時間を振り返ろう！～

この1年どのように給食時間を過ごしてきたのか振り返り、できている数を数えましょう。

<p>給食の前に手をきれいに洗えた</p> 	<p>給食当番の身支度をきちんとできた</p> 	<p>食事のあいさつを心を込めて言えた</p> <p>いただきます</p> 	<p>地域の産物や食文化を知ることができた</p> 	<p>日本の伝統行事と行事食について知ることができた</p> 	<p>できた数が...</p> <p>7～9個</p> <p>4～6個</p> <p>1～3個</p> <p>0個</p>
<p>食器を正しく並べることができた</p> 	<p>お箸を正しく持ち、上手に使うことができた</p> 	<p>よくかんで味わって食べることができた</p> 	<p>バランスのよい食事の組み合わせがわかった</p> 	<p>できた数が...</p> <p>7～9個</p> <p>4～6個</p> <p>1～3個</p> <p>0個</p>	

 **ボン!**

 **7～9個**
 **4～6個**
 **1～3個**
 **0個**