



れ い わ
ね ん ど
が つ き ゆ う し ゅ く
ひ ょ う
令和5年度3月給食こんだて表

あいちけんりつさおりとくべつしえんがっこう
愛知県立佐織特別支援学校



こんだて つか
それぞれの献立に使われている
ざいりょう
材料がわかるようになっています。

こんげつ もくひょう
【今月の目標】 いちねんかん
一年間をふりかえり、食事を楽しみましょう

| ひづけ | こんだてめい | たべもののおもなはたらき | | |
|-----|--------|---|---|--|
| | | あかいろのなかま からだをつくる もとになる  | きいろのなかま エネルギーの もとになる  | みどりいろのなかま からだのちょうしを ととのえる  |
| 1 | きん | ごはん | ご飯 | |
| | | とりにくのたつたあげ | 鶏肉 | 生姜  |
| | | キャベツいため | でん粉 | キャベツ 人参 |
| | | すましじる | わかめ | 人参 ほうれん草 玉葱 えのきたけ ねぎ |
| | | みたらしムース | 牛乳 | |
| | | ぎゅうにゅう | 砂糖 水あめ 米粉  | |
| | | 《人気投票こんだて》 | 小 610kcal 中・高 732kcal | |
| 4 | げつ | ごはん | ご飯 | |
| | | ミートボールのすぶた  | 牛肉 豚肉 鶏肉 | 赤ピーマン 玉葱 ピーマン たけのこ しめじ トマト |
| | | ビーフンのスープ | 豚肉 | 白菜 人参 玉葱 ねぎ 生姜 |
| | | ぎゅうにゅう  | 牛乳 | |
| | | | 小 626kcal 中・高 743kcal |  |
| 5 | か | ごはん | ご飯 | |
| | | しろごまつくね | 鶏肉 鶏レバー | 玉葱 |
| | | ゆかりあえ | | 白菜 もやし 人参 きゅうり 赤しそ |
| | | どさんこじる | 豚肉 みそ | キャベツ 人参 こんにやく えのきたけ ねぎ とうもろこし  |
| | | ぎゅうにゅう | 牛乳 | |
| | | | 小 546kcal 中・高 669kcal | |
| 6 | すい | しおラーメン | 豚肉 なんと | 中華麺 生姜 にんにく キャベツ 人参 玉葱 ねぎ |
| | | あいちのやさしいりはるまき | 鶏肉 | でん粉 砂糖 ごま油 油 小麦粉 水あめ |
| | | こまつなともやしのささみあえ | ささみオイル漬け | キャベツ れんこん 人参  |
| | | ぎゅうにゅう | 牛乳 | 小松菜 きくらげ もやし 赤ピーマン |
| | | | 小 573kcal 中・高 683kcal | |
| 7 | もく | ごはん | ご飯 | |
| | | メンチカツ | 牛肉 豚肉 | でん粉 パン粉 砂糖 油 |
| | | ブロッコリーのおかかあえ | かつお節 | 砂糖 |
| | | さくらかまぼこいりおすいもの | かまぼこ(タラ でん粉 トマト色素) わかめ 豆腐 | キャベツ 玉葱 |
| | | ショートケーキ | 卵 | 砂糖 小麦粉 油 生クリーム |
| | | ぎゅうにゅう  | チョコレート | キャベツ 玉葱 |
| | | | 小 714kcal 中・高 815kcal |  |
| 8 | きん | ごはん | ご飯 | |
| | | さばのしおやき  | さば | |
| | | ひじきのいために | ひじき 豚肉 | ごま油 砂糖 |
| | | たまねぎのみそしる | わかめ 油揚げ みそ | 人参 |
| | | ぎゅうにゅう | 牛乳 | 玉葱 人参 ねぎ |
| | | | 小 565kcal 中・高 693kcal | |

| ひづけ | | こんだてめい | たべもののおもなはたらき | | |
|-----------------------|---------|-----------------------|--|--|--|
| | | | あかいろのなかま からだをつくる もとなる  | きいろのなかま エネルギーの もとなる  | みどりいろのなかま からだのちょうしを ととのえる  |
| 11 | げつ | ぎゅうどん | 牛肉 | ご飯 砂糖 | 人参 玉葱 こんにゃく 生姜 |
| | | こんさいのみそしる | みそ | | えのきたけ 大根 人参 れんこん ごぼう |
| | | ヨーグルト | 脱脂粉乳  | 練乳 生クリーム 砂糖 | 寒天 |
| | | ぎゅうにゅう | 牛乳 | | |
| | | 小 642kcal 中・高 754kcal | | | |
| 12 | か | こめこパン | | 米粉パン | |
| | | ポークビーンズ | 豚肉 大豆 | じゃがいも 砂糖 油 | 玉葱 人参 マッシュルーム トマト パセリ |
| | | マカロニサラダ | ささみオイル漬け | マカロニ 卵なしマヨネーズ | とうもろこし ブロッコリー キャベツ 赤ピーマン きゅうり |
| | | ぎゅうにゅう | 牛乳 | |  |
| | | 小 562kcal 中・高 701kcal | | | |
| 13 | すい | ごはん | | ご飯 | |
| | | さけのこうじやき | 鮭  | 塩麴 | |
| | | きりぼしだいこんのひじきあえ | ひじき ツナ | 砂糖 | 切干大根 きゅうり 人参 |
| | | だいこんとわかめのみそしる | 豆腐 油揚げ わかめ みそ |  | えのきたけ ねぎ 大根 |
| | | ぎゅうにゅう | 牛乳 | | |
| 小 575kcal 中・高 678kcal | | | | | |
| 14 | もく | ちゅうかはん | 豚肉 いか うずら卵 | ご飯 でん粉 ごま油 | 玉葱 白菜 人参 たけのこ しいたけ 生姜 |
| | | たこだんごのスープ | たこ団子(タラ たこ でん粉 砂糖) | ごま油 | とうもろこし きくらげ えのきたけ 玉葱 なら 生姜 |
| | | プリン | 脱脂粉乳 | 砂糖 でん粉 油 | |
| | | ぎゅうにゅう | 牛乳 | | |
| | | 小 619kcal 中・高 714kcal | | | |
| 15 | きん | ごはん | | ご飯 | |
| | | さんまのみぞれに | さんま  | でん粉 砂糖 | 大根 |
| | | きんぴら | 鶏肉 | ごま油 砂糖 ごま | ごぼう 人参 こんにゃく |
| | | かきたまじる | 豆腐 卵 | でん粉  | えのきたけ 人参 ほうれん草 玉葱 ねぎ |
| | | ぎゅうにゅう | 牛乳 | | |
| 小 605kcal 中・高 712kcal | | | | | |
| 18 | げつ | カレーライス | 豚肉 | ご飯 カレールウ じゃがいも 油 はちみつ | 人参 玉葱 マッシュルーム にんにく トマト |
| | | はくさいとツナのいためもの | ツナ | 砂糖 | 白菜 人参 とうもろこし |
| | | みかんゼリー | | 砂糖 | みかん  |
| | | ぎゅうにゅう | 牛乳 | | |
| | | 小 635kcal 中・高 744kcal | | | |
| 1か月平均(1食あたり) | | 小 | 606kcal | ※献立は、都合により変更になる場合があります。 ----- にんきナンバーワンきょうしゅくで 人気No.1が給食に出ます！ | |
| 中・高 | 720kcal | | | | |

【学校行事】

4日(月) 高等部3年 卒業証書授与式

8日(金) 小学部6年・中学部3年 卒業証書授与式

19日(火) 修了式



にんきナンバーワンきょうしゅくで
人気No.1が給食に出ます！

1月15日(月)～19日(金)の給食週間中に行った、和食の人気投票で1位となった「とりの電田揚げ」と「みたらしムース」が3月1日(金)の給食に出ます！

お楽しみに！

