



れいわ ねんど がつきゅうしよく ひょう
令和4年度6月給食こんだて表



あいちけんりつき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きます。

こんげつ もくひょう
【今月の目標】 よくかんでゆっくり食べましょう

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 もどになる	きいろのなかま エネルギーの もどになる	みどりいろのなかま からだのちようしを ととのえる
1	すい ごはん みそカツ キャベツのいたためもの かんとうに ぎゅうにゅう	豚肉 みそ	ご飯	
		がんもどき(大豆 ひじき 人参 ごぼう) ちくわ 鶏肉 たこボール(たこ たら 砂糖) 昆布 牛乳	パン粉 小麦粉 米粉 でん粉 砂糖 油 油 砂糖	キャベツ 人参 大根 人参 こんにやく しいたけ
		小 677kcal 中・高 786kcal		
2	もく ごはん かぼちゃコロッケ カレーいため けんちんじる ぎゅうにゅう	鶏肉	ご飯	
		豆腐 油揚げ 牛乳	パン粉 砂糖 油 小麦粉 油 カレールウ 砂糖	かぼちゃ 玉葱 もやし 人参 ピーマン 大根 人参 ごぼう ねぎ しいたけ
		小 588kcal 中・高 687kcal		
3	きん ミルクロールパン ミートオムレツ ほうれん草とコーンのソテー コンソメスープ ぎゅうにゅう	卵 鶏肉	パン	
		ベーコン ウインナー 牛乳	油 砂糖 でん粉 油	玉葱 人参 トマト ほうれん草 赤ピーマン とうもろこし もやし キャベツ 人参 玉葱 パセリ
		小 540kcal 中・高 697kcal		
6	げつ ホキのやさいあんかけ じゃがいものそぼろに ぎゅうにゅう	ホキ	ご飯	
		鶏肉 牛乳	米粉 油 片栗粉 じゃがいも 油 砂糖	玉葱 しいたけ 赤ピーマン 黄ピーマン えのきたけ ごぼう 玉葱 こんにやく いんげん 人参
		小 634kcal 中・高 742kcal		
7	か ハヤシライス えだまめサラダ ぎゅうにゅう	牛肉	ご飯 じゃがいも 油 ハヤシルウ	玉葱 人参 マッシュルーム にんにく
		大豆 ハム 牛乳	砂糖 油	枝豆 キャベツ 人参 とうもろこし
		小 596kcal 中・高 697kcal		
8	すい ごはん チキンなんばん きゅうりのごまあえ ごもくみそしる ぎゅうにゅう	鶏肉	ご飯	
		油揚げ みそ 牛乳	片栗粉 砂糖 油 ごま 砂糖	きゅうり キャベツ 人参 玉葱 えのきたけ 人参 ごぼう ねぎ
		小 631kcal 中・高 734kcal		
9	もく ごはん ごぼういりつくね ひじきとささみのあえもの かきたまじる ぎゅうにゅう	鶏肉	ご飯	
		ささみオイル漬け ひじき 豆腐 卵 牛乳	片栗粉 砂糖 油 砂糖 ごま油 片栗粉	玉葱 ごぼう しょうが 人参 とうもろこし 小松菜 もやし しいたけ 玉葱 ねぎ
		小 534kcal 中・高 640kcal		
10	きん ごはん ホイコーロー かんてんいりちゅうかスープ ぎゅうにゅう	豚肉 みそ	ご飯	
		鶏肉 わかめ 牛乳	ごま油 砂糖	キャベツ 玉葱 人参 ねぎ 赤ピーマン にら にんにく しょうが 寒天 玉葱 えのきたけ 人参 小松菜
		小 571kcal 中・高 674kcal		
13	げつ さばのしおやき ひじきのいために たまねぎのみそしる ぎゅうにゅう	さば	ご飯	
		ひじき 油揚げ 豚肉 みそ 牛乳	ごま油 砂糖	人参 玉葱 人参 ねぎ
		小 586kcal 中・高 715kcal		
14	か ビビンバ とうふとこまつなのスープ ももヨーグルト ぎゅうにゅう	牛肉	ご飯 砂糖 ごま油	しょうが にんにく 切干大根 もやし ほうれん草 人参
		豆腐 わかめ 脱脂粉乳 加糖練乳 牛乳	砂糖	玉葱 人参 小松菜 もも 寒天
		小 600kcal 中・高 689kcal		
15	すい ごはん とりにくのてりに アカモクいりつみれみそしる ぎゅうにゅう	鶏肉	ご飯	
		アカモク たら みそ 牛乳	ごま油 砂糖 片栗粉	さやいんげん 人参 大根 しいたけ こんにやく れんこん 大根 えのきたけ たけのこ ねぎ
		小 599kcal 中・高 714kcal		
16	もく きしめん ごもくあつやきたまご ゆかりあえ ぎゅうにゅう	鶏肉 油揚げ かまぼこ	きしめん	玉葱 しいたけ ねぎ ほうれん草
		卵 鶏肉 牛乳	砂糖 片栗粉	ほうれん草 人参 しいたけ たけのこ 白菜 人参 きゅうり しそ
		小 524kcal 中・高 616kcal		



ひづけ	こんだてめい	たべもののおもなはたらき		
		あかいのなかま 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 からだのちようしを ととのえる
17	きん 《あいちをたべるがっこうきゆうしょくのひ》 ごはん あいさいのれんこんコロッケ きりぼしだいこんのごまあえ ふだまじる にしおのまっちゃプリン ぎゅうにゅう		ご飯	
			じゃがいも 油 パン粉 小麦粉 でん粉	れんこん 玉葱
			砂糖 ごま	切干大根 ほうれん草 きゅうり 人参
		豆腐	焼きふ	えのきたけ みつば 人参
		牛乳	砂糖 油 ゼラチン	抹茶 寒天
		牛乳		
		小 605kcal 中・高 707kcal		
20	げつ ごはん ジャッツアンドーフ ワンタンスープ ぎゅうにゅう		ご飯	
		豚肉 厚揚げ みそ	砂糖 片栗粉 ごま油	人参 玉葱 しいたけ たけのこ ねぎ キャベツ
			ワンタン	ほうれん草 人参 えのきたけ 玉葱 ねぎ
		牛乳		
		小 587kcal 中・高 701kcal		
21	か ごはん れんこんのはさみあげ ごしきあえ とうがんじる ぎゅうにゅう		ご飯	
		鶏肉	パン粉 片栗粉 小麦粉 油 カレー粉	れんこん 玉葱 しいたけ
			ごま 砂糖	キャベツ 人参 とうもろこし 赤ピーマン もやし
		鶏肉	片栗粉	とうがん 玉葱 人参 ねぎ
牛乳				
		小 559kcal 中・高 678kcal		
22	すい ごはん やさしいゅうまい いためナムル ちゅうかふうコーンスープ ぎゅうにゅう		ご飯	
		たら	パン粉 砂糖 小麦粉	玉葱 人参 とうもろこし エリンギ しめじ ひらたけ しょうが
			砂糖 ごま油	もやし ほうれん草 人参 にんにく
		豆腐 卵		とうもろこし 玉葱 ねぎ もやし
牛乳				
		小 547kcal 中・高 671kcal		
23	もく くろロールパン ポークビーンズ だいこんのツナあえ ぎゅうにゅう		パン	
		豚肉 大豆	じゃがいも 砂糖	玉葱 にんじん マッシュルーム トマト パセリ
		ツナ	和風ドレッシング(油 玉葱 砂糖 フルーン 魚醤 かつおエキス にんにく 赤ピーマン きのことエキス しょうが)	大根 人参 きゅうり キャベツ とうもろこし
		牛乳		
		小 651kcal 中・高 685kcal		
24	きん ごはん まぐろのしぐれに おひたし じゃがいもとわかめのみそしる ぎゅうにゅう		ご飯	
		まぐろ	砂糖 ごま	しょうが
			砂糖	ほうれん草 人参 キャベツ
		わかめ みそ	じゃがいも	えのきたけ 玉葱 ねぎ
牛乳				
		小 522kcal 中・高 614kcal		
27	げつ ごはん あつあげのちゅうかいため ニラとたまごのスープ ぎゅうにゅう		ご飯	
		厚揚げ 豚肉	砂糖 片栗粉 ごま油	チンゲン菜 人参 たけのこ 玉葱
		卵	片栗粉	玉葱 えのきたけ にら
		牛乳		
		小 555kcal 中・高 656kcal		
28	か ごはん いわしのしょうがに ほうれんそうのごまあえ だいこんのそぼろに ぎゅうにゅう		ご飯	
		いわし	砂糖 片栗粉	しょうが
			ごま 砂糖	ほうれん草 人参 もやし
		鶏肉 厚揚げ	砂糖 片栗粉	人参 玉葱 大根 ねぎ
牛乳				
		小 616kcal 中・高 722kcal		
29	すい ごはん とりのからあげ こんぶあえ やさいたつぶりみそしる ぎゅうにゅう		ご飯	
		鶏肉	小麦粉 油 片栗粉 砂糖	
		昆布		もやし 人参 キャベツ
		みそ		大根 ほうれん草 白菜 しめじ ねぎ
牛乳				
		小 566kcal 中・高 684kcal		
30	もく わふうカレーうどん ひじきいりツナサラダ メロンゼリー ぎゅうにゅう	鶏肉 油揚げ	うどん カレールー	人参 玉葱 しいたけ ねぎ
		ひじき ツナ	ごまドレッシング(ごま油 砂糖 ごま)	とうもろこし 赤ピーマン キャベツ きゅうり
			砂糖	メロン
		牛乳		
		小 527kcal 中・高 622kcal		
1か月平均(1食あたり)		小	582kcal	
		中・高	688kcal	

※献立は、都合により変更になる場合があります。

まいとし がつ しょくいく げつ かん まい つぎ にち しょくいく ひ
毎年6月は「食育月間」・毎月19日は「食育の日」



6月19日の「食育の日」を中心に、地場産物を活用する「愛知を食べる学校給食の日」が県内で一斉に行われます。
 今年度は6月19日が日曜日のため、本校では17日(金)に愛知県の食材を多く取り入れた給食を実施します。
 この日は全ての料理に愛知県産の食材が入っています。詳しくは給食日より紹介していますので、御覧ください。

