令和8年11月分学校給食予定献立表

愛知県立名古屋聾学校

日	曜	献立名	主な材料とその働き						その他	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
			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			
			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	牛乳		牛乳						830 Kcal 31.7 g 20.6 g 3.3 g
		ソースかつ丼	豚肉				五穀ご飯 砂糖 パン粉 小麦粉 米粉	大豆白絞油	ウスターソース みりん風調味料 しょうゆ	
		切干し大根の煮物	鶏肉 大豆		人参	切干大根 しいたけ	砂糖	ごま	かつおだし 料理酒 しょうゆ みりん風調味料	
		白菜のみそ汁	白みそ 赤みそ	わかめ	人参	白菜 ねぎ			鰹の素	
4	水	ごはん 牛乳		牛乳			白飯			769 Kcal 30.3 g 20.7 g 2.3 g
		肉じゃがのカレー風味	豚肉		人参	玉ねぎ しらたき	じゃがいも 三温	菜種油	かつおだし しょうゆ みりん風調味料 カレー粉	
		キャベツとツナの和え物	ツナ			キャベツ きゅうり もやし	砂糖	ごま油	しょうゆ	
		たぬき汁	油揚げ			こんにゃく ごぼう 大根 ねぎ しょうが		ごま油	鰹の素 しょうゆ うすくちしょうゆ	
5	木	愛知を食べる学校給食の日								803 Kcal 34.1 g 16.4 g 2.8 g
		米粉パン 牛乳		牛乳			米粉パン			
		野菜オムレツ	卵 ベーコン 豆乳			玉ねぎ ぶなしめじ	じゃがいも	菜種油	コンソメ粉末	
		コールスローサラダ			人参	キャベツ コーン		マヨネーズ(卵不使用)		
		コンソメスープ	鶏肉		人参	大根 玉ねぎ	マカロニ		コンソメ粉末	
6	金	ごはん 牛乳		牛乳			白飯			754 Kcal 34.1 g 33.3 g 3.0 g
		厚揚げのみそ炒め	厚揚げ 赤みそ 豚肉			しょうが こんにゃく	砂糖	菜種油	みりん風調味料 鳥がらだし	
		もやしのごま和え			チンゲンツァイ	もやし	砂糖	ごま油 ごま	しょうゆ	
		しょうがスープ	鶏肉		人参	白菜 えのきたけ ねぎ しょうが			鳥がらだし 料理酒 うすくちしょうゆ	
9	月	きしめん 牛乳		牛乳			きしめん			792 Kcal 33 g 26.6 g 3.5 g
		五目きしめん	油揚げ 鶏肉 かまぼこ	わかめ	人参	しいたけ ねぎ			鰹の素 しょうゆ 料理酒 うすくちしょうゆ みりん風調味料	
		キャベツ入りメンチカツ	牛肉 豚肉			キャベツ 玉ねぎ	でんぷん パン粉 砂糖	大豆白絞油	しょうゆ	
		おかか和え	かつお節		人参 小松菜	もやし	砂糖		しょうゆ	
10	火	中華飯 牛乳	豚肉 うずら卵	牛乳	ピーマン	にんにく しょうが キャベツ 白菜 玉ねぎ たけのこ しいたけ	白飯 砂糖 でんぷん	菜種油 ごま油	鳥がらだし 料理酒 しょうゆ	810 Kcal 33.4 g 21.1 g 1.8 g
		中華スープ	豆腐		ほうれん草	ホールコーン	でんぷん		鳥がらだし しょうゆ	
		ファイバーヨーグルト		脱脂粉乳 寒天			砂糖			
11	水	ごはん 牛乳		牛乳			白飯			793 Kcal 30.7 g 22.8 g 2.1 g
		いわし梅煮	いわし			梅肉	砂糖 でんぷん		しょうゆ 本みりん	
		じゃがいものそぼろ煮	豚肉		さやいんげん		じゃがいも 砂糖	菜種油	かつおだし しょうゆ みりん風調味料	
		具だくさんのみそ汁	油揚げ 白みそ 赤みそ		人参	大根 ごぼう ねぎ こんにゃく			鰹の素	
12	木	チキンライス 牛乳	鶏肉	牛乳	人参 ピーマン	玉ねぎ ぶなしめじ	白飯	菜種油	コンソメ粉末 トマトケチャップ	812 Kcal 30.4 g 32.2 g 2.9 g
		あじフリッター	あじ	アオサ			小麦粉 でんぷん 砂糖 米粉	菜種油	しょうゆ	
		コンソメスープ	豚肉		人参	白菜 玉ねぎ コーン	じゃがいも		コンソメ粉末	
13	金	牛乳		牛乳						862 Kcal 30.2 g 30.3 g 3.1 g
		大豆キーマカレー	豚肉 大豆		人参 ピーマン トマト	しょうが にんにく 玉ねぎ	白飯 砂糖 でんぷん	菜種油	カレー粉 カレールウ ウスターソース コンソメ粉末	
		和風マカロニサラダ	ツナ		ブロッコリー 人参	コーン キャベツ	マカロニ		和風ドレッシング	

日	曜	献立名	主な材料とその働き						その他	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
			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			
			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		
16	月	ごはん　牛乳		牛乳			白飯			
		麻婆春雨	豚肉		人参 チンゲンツァイ	にんにく しょうが 玉ねぎ	緑豆はるさめ 砂糖	菜種油	料理酒 トウバンジャン 鳥がらだし しょうゆ オイスターソース	793 Kcal 27.9 g 23 g 1.6 g
		しゅうまい	鶏肉 豚肉		玉ねぎ		でんぷん パン粉 砂糖	菜種油	しょうゆ 香辛料	
		大根の中華スープ	鶏肉		人参	大根 えのきたけ ねぎ			鳥がらだし 料理酒 うすくちしょうゆ	
17	火	ごはん　牛乳		牛乳			白飯			
		豚のしょうが炒め	豚肉			玉ねぎ しょうが	砂糖	菜種油	料理酒 しょうゆ みりん風調味料	806 Kcal 33.7 g 23.2 g 2.4 g
		マヨおかか和え	かつお節		ブロッコリー 人参	キャベツ コーン		ﾏﾖﾈｰｽﾞ(卵不使用)	しょうゆ	
		かぼちゃのみそ汁	油揚げ 白みそ 赤みそ	わかめ	かぼちゃ 人参	えのきたけ ねぎ			鰹の素	
18	水	ごはん　牛乳		牛乳			白飯			
		あじの南蛮漬け	あじ			しょうが	でんぷん 砂糖	大豆白絞油	料理酒 しょうゆ 穀物酢	782 Kcal 33.9 g 21.2 g 2.8 g
		ごま和え			ほうれん草 人参	もやし キャベツ	砂糖	ごま	しょうゆ	
		豆腐のみそ汁	豆腐 油揚げ 赤みそ	わかめ		ねぎ 大根			鰹の素	
19	木	米粉パン 牛乳 ミルメーク(コーヒー)		牛乳			米粉パン		ミルメーク(コーヒー)粉	
		ミートペンネ	豚肉 大豆		ピーマン 人参 パセリ	玉ねぎ ぶなしめじ にんにく	ペンネ 砂糖	菜種油	トマトケチャップ コンソメ粉末 ウスターソース	792 Kcal 38 g 27.3 g 3.5 g
		洋風かきたま汁	鶏肉 卵		人参 ほうれん草	玉ねぎ ぶなしめじ	でんぷん		コンソメ粉末	
20	金	ごはん　牛乳		牛乳			白飯			
		みそおでん	焼ちくわ 厚揚げ うずら卵 赤みそ 白みそ		人参	大根 こんにゃく	砂糖		かつおだし みりん風調味料 料理酒	784 Kcal 31.2 g 19.1 g 2.6 g
		小松菜とささみの和え物	鶏肉		小松菜 人参	もやし		ごま ごま油	味ぽん	
		国産やさいゼリー			人参汁	温州みかん果汁	砂糖			
24	火	和食の日								
		ごはん　牛乳		牛乳			白飯			
		さば八丁みそ煮	さば 八丁みそ				砂糖		本みりん	756 Kcal 33.9 g 20.5 g 3 g
		大根のそぼろ煮	鶏肉		人参 枝豆	大根	砂糖 でんぷん	菜種油	かつおだし しょうゆ みりん風調味料	
		すまし汁	豆腐	わかめ	人参 ほうれん草	えのきたけ ねぎ			鰹の素 しょうゆ うすくちしょうゆ かつおだし	
25	水	わかめごはん　牛乳		牛乳 わかめ			麦飯			
		さつまいもコロッケ					さつまいも パン粉 砂糖 小麦粉	大豆白絞油		807 Kcal 27.9 g 22.5 g 2.8 g
		肉野菜炒め	豚肉		小松菜 人参	もやし ぶなしめじ にんにく	でんぷん	菜種油	鳥がらだし しょうゆ	
		根菜のみそ汁	油揚げ 豆腐 赤みそ 白みそ		人参	大根 ごぼう ねぎ			鰹の素	
26	木	中華めん　牛乳		牛乳			中華めん			
		みそラーメン	白みそ 赤みそ 豚肉		小松菜	にんにく キャベツ もやし 玉ねぎ ねぎ コーン		ごま油 菜種油	トウバンジャン 鳥がらだし しょうゆ みりん風調味料	805 Kcal 28.6 g 24.3 g 3.1 g
		ぎょうざ	豚肉		にら	キャベツ 玉ねぎ	パン粉 でんぷん 砂糖	菜種油	しょうゆ	
		中華サラダ		わかめ	人参	きゅうり もやし コーン	砂糖	ごま油 ごま	しょうゆ 穀物酢	
30	月	レーズンロールパン　牛乳		牛乳			レーズンロールパン			
		鶏肉のトマト煮込み	鶏肉		トマト パセリ	玉ねぎ ぶなしめじ	じゃがいも 砂糖		コンソメ粉末 トマトケチャップ ウスターソース	850 Kcal 40.5 g 30.3 g 3.5 g
		白菜のスープ	豚肉		人参	白菜 えのきたけ			コンソメ粉末 しょうゆ	

※ 都合により、献立内容が変更になる場合があります。