

令和6年1月分 予定献立表



特別支援学校

刈谷市学校給食センター

日／曜	献立名 ごはん だて めい 主 食 牛 乳 主 菜 副 菜 其 他 の 順	赤 主に体の組織をつくる食品 たんぱく質 無機質		緑 主に体の調子を整える食品 ビタミン		黄 主にエネルギーになる食品 炭水化物 脂 質		エネ ルギ ー (kcal)	
		たんぱく質 魚・肉・卵 豆・豆製品	無機質 牛乳・乳製品 小魚・海そう	ビタミン		炭水化物 米・パン・めん 芋・砂糖	脂 質 油 脂 ・ 種 実 類	小	中高
				緑 黄 色 野菜 りょく おう しょく や さい	その他の野菜 そ の 他 の や さい 果物・きのこ				
10 水	ビーンズカレーソース (ソフトめん・ソース)	牛乳	ぶたにく	にんじん	たまねぎ えだまめ	ソフトめん	カレールウ	654	719
	白身魚の香草焼き		ホキ		バジル		こめあぶら	33.4	36.7
	ブロッコリーとキャベツのサラダ			ブロッコリー	キャベツ とうもろこし		ドレッシング		
11 木	ごはん 牛乳		飲用牛乳			ごはん		552	607
	ハンバーグのきのこソース		ぶたにく とりく		たまねぎ えのきたけ しめじ エリンギ	さとう	こめあぶら	24.7	27.1
	お祝いすまし汁		とりく かまぼこ	こまつな	はくさい ほししいたけ				
12 金	煮なます		あぶらあげ	にんじん	だいこん	さとう	こめあぶら ごま		
	金芽玄米ごはん 牛乳		飲用牛乳			きんめざんまいごはん			
	マーボー大根		ぶたにく なまあげ まめみそ	ねぎ	刈谷市産だいこん たまねぎ しょうが にんにく ほししいたけ	さとう でんぶん		594	653
	野菜しゅうまい (2個)		たら	にんじん	たまねぎ とうもろこし エリンギ しめじ ひらたけ しょうが	しゅうまいのかわ		22.0	24.2
15 月	チンゲンサイとわかめのサラダ		わかめ	チンゲンサイ	もやし	ごま ドレッシング			
	ごはん 牛乳		飲用牛乳			ごはん		633	696
	ヤンニョムチキン		とりく		しょうが にんにく	でんぶん さとう	こめあぶら ごま	23.8	26.8
16 火	はるさめとわかめのスープ		かまぼこ とうふ	わかめ	にんじん ねぎ	はるさめ	ごまあぶら		
	切り干し大根とベーコンのオイスターいため		ベーコン	にんじん こまつな	きりぼしだいこん	でんぶん			
	ごはん 牛乳		飲用牛乳			ごはん		612	673
	さけのみぞれ銀紙焼き		さけ	さけなかほね	だいこん			26.6	29.2
17 水	肉じゃが		ぶたにく	にんじん さやいんげん	こんにゃく たまねぎ	じゃがいも さとう			
	刈谷市産キャベツの昆布あえ		こんぶ	刈谷市産キャベツ		ごまあぶら			
	サンドイッチロールパン 牛乳		飲用牛乳			サンドイッチロールパン		641	705
	スラッピージョー	スラッピージョーを、 パンにはさんで食べま しょう。	ぶたにく	あかピーマン	たまねぎ	パンこ さとう		23.5	25.8
18 木	ポテトスープ		ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん パセリ	たまねぎ しめじ	じゃがいも マッシュポテト	ベシヤメルソース		
	フルーツのはちみつレモンゼリーあえ				おうとう バイナッブル みかん	はちみつレモンゼリー			
	ごはん 牛乳		飲用牛乳			ごはん		568	624
	レバー入りつくね (2個)		とりく とりレバー		たまねぎ しょうが			23.1	25.4
19 金	生揚げとチンゲンサイの中華煮		ぶたにく なまあげ	チンゲンサイ にんじん	はくさい たまねぎ しめじ	でんぶん			
	刈谷市産きゅうりともやしのナムル			刈谷市産きゅうり もやし しょうが		ごまあぶら			
	ごはん 牛乳		飲用牛乳			ごはん		591	650
22 月	とり天 (大分県)		とりく			こむぎこ	こめあぶら	23.4	25.7
	だんご汁 (大分県)		ぶたにく あわせみそ	にんじん ねぎ	はくさい	だんご(ひらたけめんじょう) さいいも			
	刈谷市産切り干し大根とひじきのツナあえ		まぐろ	にんじん	刈谷市産きり干しだい こん しょうが	さとう	だいずあぶら		
23 火	朝白中学校 リクエスト 献立		わかめ 飲用牛乳			ごはん		584	642
	わかめごはん 牛乳								
	焼きぎょうざ (2個)		とりく ぶたにく	にら	キャベツ たまねぎ	ぎょうざのかわ	ごまあぶら	21.6	23.7
	キムチ鍋		ぶたにく とうふ あわせみそ	にんじん チンゲンサイ	はくさい えのきたけ はくさいキムチ				
23 火	ポテトサラダ			にんじん	きゅうり	じゃがいも	ドレッシング		
	ごはん 牛乳		飲用牛乳			ごはん		633	696
	かつおカツ		かつお		たまねぎ しょうが	パンこ こむぎこ	こめあぶら	23.3	25.6
	八宝菜		ぶたにく うずらたまご	チンゲンサイ にんじん	もやし たまねぎ 刈谷市産はくさい ほししいたけ	でんぶん	ごまあぶら		
23 火	まめまめサラダ		刈谷市産ひよこ まめ あおえんどうまめ あかいんげんまめ		キャベツ とうもろこし		ドレッシング		
献立表の見方		【 】: 卓上物 【 】: 業者配送 太字: 新献立 ◆: 我が家のじまん料理				エネルギー基準値 650キロカロリー 715キロカロリー		たんぱく質基準値 26.8グラム 29.4グラム	

材料は、すべてを記載しているものではありません。アレルギー物質については、アレルギー関連書類で確認してください。

食材については細心の注意を払って、安全確保に努めています。材料などの入荷状況により献立を変更することがあります。

献立表および食材の産地は、刈谷市のホームページに掲載しています。

《給食で使用する魚は、できるかぎり骨が気にならないものを使用していますが骨が残っていることがあります》

刈谷市産や愛知県産の食材が多く使われます。「郷土料理と愛知県産食材は、あみかけで表しています」

『りっちゃんのサラダ』は、^ごだい^いよう^そ ^えい^{よう} ^しゅ^ゐ ^しょ^く ^ざい ^しょ^う ^や ^{さい} ^おし ^ごん ^ぶなどの
だしのうまみが^で出て、とてもおいしいおすすめのサラダです。