

令和8年10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 主 食 牛 乳 主 菜 副 菜 そ の 他 の 順	赤 主に体の組織をつくる食品		緑 主に体の調子を整える食品		黄 主にエネルギーになる食品		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		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 緑 黄 色 野菜 その他の野菜 果物・きのこ		炭水化物 米・パン・めん 芋・砂糖	脂 質 油脂・種実類		
木	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ		小	中高
	かつおのおかか煮	かつお かつおぶし			しょうが			608	669
	塩ちゃんこ	ぶたにく なまあげ		にんじん ねぎ	キャベツ えのきたけ にんにく	はるさめ		28.2	31.0
	じゃが芋のカレーいため	ベーコン				じゃがいも	こめあぶら		
金	五穀ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ おおむぎ げんまい きび		675	743
	ハヤシシチュー	ぶたにく	だつしふんにゆう	にんじん トマト	たまねぎ しめじ グリーンピース	じゃがいも	ハヤシルウ	25.5	28.1
	愛知の大豆入りナゲット(2個)	とりにく だいず きなこ		にんじん	にんにく		こめあぶら		
	キャベツのオリーブオイルいため		こんぶ		キャベツ とうもろこし にんにく		オリーブオイル		
5月	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ			
	照り焼きつくね(2個)	とりにく		ねぎ	たまねぎ			608	669
	野菜と生揚げの豆乳煮	ぶたにく なまあげ とうにゆう		チンゲンサイ にんじん	キャベツ しめじ		ごま	26.6	29.3
	ひじきとじゃこのふりかけ プチりんごゼリー	給食センター手作りの まぐろあぶらづけ かつおぶし		しらすばし ひじき	にんじん ピーマン	さとう	ゼリー		
火	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ			
	れんこんサンドフライ	とりにく			れんこん たまねぎ しいたけ	パンこ こむぎこ	こめあぶら	619	681
	里芋と鶏肉の煮物	とりにく		さやいんげん にんじん	こんにやく たまねぎ たけのこ	さといも さとう		22.9	25.2
	小松菜と切り干し大根のごまあえ			こまつな	きりしまだいこん	さとう	ごま		
水	タンタンメン (ラーメン・スープ) 牛乳	ぶたにく はんぺん こめみそ まめみそ	飲用牛乳	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ しめじ にんにく	ラーメン でんぶん	ごま ごまあぶら	652	717
	愛知のしそ入り鶏春巻き	とりにく		にんじん あおじそ	たまねぎ キャベツ しろねぎ しょうが	はるさめ はるまきのかわ	こめあぶら	26.7	29.4
	もやしときゅうりのナムル				きゅうり もやし しょうが		ごまあぶら		
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ			
木	さんまの銀紙焼き	さんま みそ				さとう		656	722
	鶏じゃが	とりにく ちくわ		にんじん さやいんげん	ほししいたけ たまねぎ	じゃがいも さとう		24.9	27.4
	大根とわかめの和風サラダ		わかめ	にんじん	だいこん		ドレッシング		
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ			
9金	鶏肉とレバーの黒酢がらめ	とりにく とりレバー			しょうが	でんぶん さとう	こめあぶら	583	641
	はるさめスープ	ベーコン		にんじん ねぎ	はくさい たまねぎ もやし	はるさめ		21.0	23.1
	チンゲンサイのいため物			チンゲンサイ	キャベツ とうもろこし		こめあぶら		
	ブルーベリーゼリー					ゼリー			
13火	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ			
	いかカツ	いか				パンこ こむぎこ	こめあぶら	579	637
	じゃが芋と鶏肉のみそ汁	とりにく あぶらあげ こめみそ まめみそ		こまつな ねぎ	たまねぎ えのきたけ	じゃがいも		24.6	27.1
	ひじきのいため煮	はんぺん	ひじき	にんじん	えだまめ れんこん	さとう	こめあぶら		
14水	りんごパン 牛乳		飲用牛乳			りんごパン			
	ハンバーグのトマトソースかけ	とりにく ぶたにく		トマトソース	たまねぎ	さとう	こめあぶら	679	747
	じゃが芋のクリームスープ		ぎゅうにゆう 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	ベジマールソース	25.6	28.2
	キャベツとコーンのサラダ				キャベツ きゅうり とうもろこし		ドレッシング		
15木	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ			
	ねぎ入り厚焼き卵	たまご	ねぎ					573	630
	大根のそぼろ煮	ぶたにく ちくわ	食品ロスに目を向けるため にんじんは皮ごと調理します	さやいんげん	こんにやく だいこん たまねぎ えのきたけ	さとう		24.1	26.5
	にんじんしりしり	まぐろあぶらづけ		にんじん	もやし		こめあぶら		
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	㊦ 旬の料理	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 28.3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。

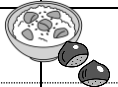
献立表および食材の産地は、刈谷市のホームページに掲載しています。

《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》

特別支援学校

刈谷 南 中 学 校 1 年 生 平 松 す み 玲 さ ん の し ょ く ま る 料 理 コ ン テ ス ト グ ラ ン プ リ **見だくさんキンパ** を
給 食 用 に ア レ ン ジ し ま し た ! し ょ く ま る フ ァ イ ブ 5 人 が そ ろ う 料 理 で す。



		フルーツまる		パンまる		りさまる		しくまる		ぼんまめ	
	具だくさん手巻きキンパ (麦ご飯・具)	牛乳	ぶたにく	飲用牛乳 チーズ	こまつな にんじん	きりましだいこん たくあん りんご	こめ おおむぎ さとう	ごま ごまあぶら			
16	ショーロンポー		ぶたにく			たまねぎ キャベツ しょうが	はるさめ ショーロンポーのかわ	とんし	614	675	
金	中華スープ		ベーコン とうふ		にんじん ねぎ	はくさい にんにく ほししいたけ		ごまあぶら	25.0	27.5	
	【マンゴープリン】 手巻きのり	まぜご飯をのりて巻いて 食べましょう		のり			マンゴープリン				
19	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ				
	肉団子のケチャップ煮(2個)		とりにく		トマト	たまねぎ にんにく しょうが			638	702	
月	たっぷりキャベツの中華煮	しもと しゅん 地元の旬を あじ 味わう日	ぶたにく かまぼこ		にんじん ねぎ	はくさい キャベツ たまねぎ しょうが しめじ	でんぶん	ごまあぶら	23.6	26.0	
	⑩ れんこんサラダ					愛知県産れんこん えだまめ とうもろこし		ドレッシング			
20	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ				
	いわしの梅煮		いわし			はしりく			637	701	
火	じゃが芋と生揚げの煮物		とりにく なまあげ		にんじん さやいんげん	たまねぎ ほししいたけ	じゃがいも さとう		26.6	29.3	
	小松菜と白菜のアーモンドあえ				こまつな	はくさい	さとう	アーモンド			
21	カレーうどん	牛乳	とりにく かまぼこ あぶらあげ	飲用牛乳	にんじん ねぎ	たまねぎ	しらたまうどん でんぶん さとう		643	707	
水	(白玉うどん・汁)						さつまいも さとう	こめあぶら ごま	20.2	22.2	
	大学芋					キャベツ ふくじんづけ					
	福神あえ										
22	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ				
	ちくわの赤じそ揚げ		ちくわ		あかじそ		こむぎこ	こめあぶら	628	691	
木	五目煮		とりにく だいず なまあげ		さやいんげん にんじん	こんにやく ほししいたけ	じゃがいも さとう		23.7	26.1	
	カラフル大根サラダ				あかパプリカ きゅうり	だいこん		ドレッシング			
23	秋の香りくり混ぜご飯	牛乳	とりにく	飲用牛乳	にんじん	しめじ えのきたけ	こめ おおむぎ くり さとう		578	635	
金	(麦ご飯・具)								24.8	27.2	
	さばの八丁みそ煮		さば みそ								
	里芋汁		かまぼこ		ねぎ	はくさい たまねぎ	さといも				
27	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ				
	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	548	603	
火	高野豆腐のみそ汁		とりにく こうや豆腐 こめみそ まめみそ		こまつな にんじん ねぎ	たまねぎ はくさい			21.1	23.2	
	切り干し大根のごま酢あえ					きりましだいこん きゅうり	さとう	ごま			
28	サンドイッチロールパン	牛乳	スラッピージョーを パンにはさんで食べま しょう	飲用牛乳			サンドイッチロールパン				
	スラッピージョー		ぶたにく		あかパプリカ	たまねぎ とうもろこし	パンこ さとう		605	666	
水	ウインナーとじゃが芋のスープ煮		ポークウインナー		にんじん	えだまめ だいこん キャベツ	じゃがいも		23.3	25.6	
	フルーツのぶどうゼリーあえ					パイナップル おうとう	ぶどうゼリー				
29	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ				
	大根のみそ煮		ぶたにく まめみそ		にんじん さやいんげん	こんにやく だいこん	さといも さとう		646	711	
木	コロッケ		ぶたにく ぎゅうにく		にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも マッシュポテト パンこ こむぎこ	こめあぶら	20.8	22.9	
	キャベツとわかめの三杯酢			わかめ		キャベツ きゅうり	さとう				
30	ご飯	牛乳		飲用牛乳			こめ				
	チキンとひよこ豆のカレー		とりにく		にんじん トマト	たまねぎ しょうが にんにく マッシュルーム	ひよこまめ	こめあぶら カレールウ	628	691	
金	かぼちゃサラダ				かぼちゃ	きゅうり とうもろこし		ドレッシング	20.2	22.2	
	みかん					みかん					

愛知県の食 主食(こめ、刈谷市産) こむぎ 飲用牛乳 とうにゅう だいず まめみそ ほししいたけ とりにく ぶたにく しらすほし れんこん