

2025年度 11月		学校給食献立一覧表						豊田特別支援学校 豊田市教育委員会			
日	曜日	献立名	主に体の組織をつくる食品群		主に体の調子を整える食品群		主にエネルギーになる食品群		給食回数 17回		
			1 群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2 群 牛乳・乳製品 骨ごと食べる魚・海藻	3 群 緑黄色野菜	4 群 その他の野菜 果物・きのこ	5 群 穀類・いも・砂糖	6 群 油脂・種実			
4	火	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん				
		豚丼	ぶた肉		にんじん	たまねぎ・しらたき しょうが	砂糖				
		おひたし			にんじん ほうれんそう	キャベツ	砂糖				
		さつまいもコロッケ	大豆				小麦粉・さつまいも コーングリッツ・砂糖	なたね油・米ぬか油			
5	水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		たべまるの おすすめ		
		かきたま汁	豆腐・鶏卵・とり肉 けずりぶし		みつば・にんじん		じゃがいもでん粉				
		ひじきサラダ	まぐろ（油漬）	ひじき		キャベツ・きゅうり スイートコーン	砂糖	マヨネーズ風ドレッシング			
		ハンバーグのおろしソースかけ	大豆・とり肉 ぶた肉			たまねぎ・だいこん	とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉 砂糖	なたね油・ラード パーム油 ひまわり油			
6	木	スライスパン・飲用牛乳		飲用牛乳			スライスパン				
		ミネストローネ	ショルダーベーコン		トマト・にんじん パセリ	たまねぎ・にんにく	じゃがいも マカロニ	オリーブ油			
		ビーンズサラダ	大豆		にんじん	キャベツ・きゅうり		フレンチドレッシング			
		たらフライ	大豆・すけとうだら				小麦粉 キャッサバでん粉	えごま油・米ぬか油			
		メープルジャム					メープルジャム				
7	金	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん				
		呉汁	大豆・米みそ けずりぶし			だいこん・根深ねぎ こんにゃく	さといも				
		磯香あえ		のり	にんじん	キャベツ・もやし	砂糖				
		ミンチカツ	大豆・とり肉 ぶた肉			たまねぎ	小麦粉・米粉・砂糖 とうもろこしでん粉 じゃがいもでん粉	なたね油・米ぬか油			
10	月	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん				
		八杯汁	豆腐・けずりぶし	こんぶ	にんじん	だいこん・ごぼう 根深ねぎ	さといも じゃがいもでん粉				
		和風サラダ	とり肉（蒸）		ほうれんそう にんじん	キャベツ	砂糖	和風ドレッシング			
		さばのみそ煮	豆みそ・さば				砂糖				
		なしゼリー				なしゼリー					
11	火	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん				
		八宝菜	うずら卵・ぶた肉 えび		チンゲンサイ にんじん	たまねぎ・もやし はくさい	じゃがいもでん粉				
		中華あえ			にんじん	キャベツ・きゅうり	はるさめ・砂糖	ごま油			
		春巻き	ぶた肉		にんじん	キャベツ・たまねぎ	小麦粉・米粉 粉あめ	大豆油・ラード ショートニング 米ぬか油			
12	水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん				
		キムチ入りみそ汁	豆腐・豆みそ けずりぶし		にんじん	キムチ・だいこん こんにゃく ごぼう・えのきたけ					
		昆布あえ		こんぶ	にんじん	キャベツ・もやし	砂糖				
		レバーと大豆のごまがらめ	大豆・とりレバー とり肉				じゃがいもでん粉 とうもろこしでん粉 砂糖	米ぬか油・ごま			
13	木	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		あじフリッター 小1個 中・高・職2個		
		肉じゃが	ぶた肉		にんじん	たまねぎ・しらたき	じゃがいも・砂糖				
		たくあんあえ				キャベツ・きゅうり たくあん漬	砂糖	ごま			
		あじフリッター	あじ	おきあみ・あおさ			小麦粉・米粉・砂糖 とうもろこしでん粉	大豆油・米ぬか油			
14	金	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん				
		カレーライス	ぶた肉	チーズ・脱脂粉乳	にんじん	たまねぎ	じゃがいも	カレールウ（甘口）			
		チキンサラダ	とり肉（蒸）		にんじん	キャベツ・きゅうり		フレンチドレッシング			
		みかんゼリーミックス				カクテルゼリー（みかん） 黄桃・パインアップル					
17	月	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん				
		五目スープ	うずら卵 ショルダーベーコン		チンゲンサイ にんじん	もやし・たけのこ	はるさめ じゃがいもでん粉				
		海藻サラダ	まぐろ（油漬）	ひじき・わかめ		キャベツ・きゅうり		たまねぎドレッシング			
		キムチチャーハン	ぶた肉		にんじん	たくあん漬・キムチ 根深ねぎ		ごま油・ごま			
18	火	中華めん・飲用牛乳		飲用牛乳			中華めん		ぎょうざ 小1個 中・高・職2個		
		しょうゆラーメン	ぶた肉		にんじん	もやし・たけのこ 根深ねぎ スイートコーン しょうが・にんにく	じゃがいもでん粉	米ぬか油			
		チンゲンサイのあえもの	まぐろ（油漬）		チンゲンサイ にんじん	キャベツ	砂糖	ごま油			
		ぎょうざ	大豆・とり肉 ぶた肉		にら	キャベツ・たまねぎ	小麦粉 とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉	ラード			
		豆乳パンナコッタ（いちご）					豆乳パンナコッタ （いちご）				
19	水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		あいち県民の日 献立		
		煮みそ	ぶた肉・生揚げ 豆みそ・けずりぶし	こんぶ	にんじん	だいこん・ごぼう こんにゃく	砂糖				
		青菜あえ			にんじん・菜めし粉	キャベツ・はくさい もやし					
		れんこんサンドフライ	大豆・とり肉			たまねぎ・れんこん しいたけ	小麦粉 じゃがいもでん粉	米ぬか油			

日曜日	曜日	献立名	主に体の組織をつくる食品群		主に体の調子を整える食品群		主にエネルギーになる食品群		給食回数 17回
			1 群	2 群	3 群	4 群	5 群	6 群	
			魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 骨ごと食べる魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	穀類・いも・砂糖	油脂・種実	
20	木	りんごパン・飲用牛乳		飲用牛乳			りんごパン		さかなナゲット 小1個 中・高・職2個
		ポークビーンズ	大豆・ぶた肉 ベーコン		にんじん	たまねぎ	じゃがいも・砂糖		
		コールスローサラダ				キャベツ・きゅうり スイートコーン		コールスロードレッシング	
		さかなナゲット	大豆・いか・あじ たら・たちうお いわし			たまねぎ	小麦粉・砂糖	大豆油	
25	火	米粉パン・飲用牛乳		飲用牛乳			米粉パン		野菜入り しゅうまい 小1個 中・高・職2個
		焼きそば	ぶた肉・えび		にんじん	キャベツ	中華めん	米ぬか油	
		ミックスフルーツ				パインアップル 黄桃			
		野菜入りしゅうまい	大豆・とり肉 ぶた肉		にんじん ほうれんそう	たまねぎ スイートコーン	小麦粉・砂糖	ラード	
26	水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
		すきやき風煮	ぶた肉・焼き豆腐			はくさい・根深ねぎ こんにゃく	砂糖		
		甘酢あえ		わかめ	にんじん	キャベツ・きゅうり	砂糖		
		厚焼き卵	かつお・鶏卵 かつおだし				キャッサバでん粉 砂糖	なたね油・パーム油	
27	木	ツイストパン・飲用牛乳		飲用牛乳			ツイストパン		
		かぶのクリームスープ	ショルダーベーコン	牛乳・脱脂粉乳 チーズ	にんじん	たまねぎ・かぶ		ベシャメルソースの素 生クリーム	
		コーンサラダ				キャベツ・きゅうり スイートコーン		フレンチドレッシング	
		とり肉のハーブ焼き	とり肉		バジル・パセリ			オリーブ油	
28	金	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
		いものこ汁	けずりぶし		にんじん	だいこん・ごぼう 根深ねぎ	さといも		
		生揚げとキャベツのみそ炒め	生揚げ・ぶた肉 豆みそ		にんじん	キャベツ	砂糖	米ぬか油	
		いか香味揚げ	大豆・いか すけとうだら	あおさ		たまねぎ	小麦粉・砂糖 とうもろこしでん粉 じゃがいもでん粉	なたね油・米ぬか油	

11月の目標「栄養のバランスを考えて食べよう」

豊田の農産物

●米「大地の風」・・・米粉パン

●小麦「きぬあかり」・・・スライSPAN、ツイストパン
中華めん

●大豆「フクユタカ」・・・水煮大豆、豆腐、生揚げ
焼き豆腐

●はくさい ●しいたけ

●はくさい・・・キムチ

WE LOVE 豊田



	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミン				食物繊維	食塩相当量
	kcal	g	g	mg	mg	A μgRAE	B ₁ mg	B ₂ mg	C mg	g	g
小学部	569	22.3	20.1	327	2.5	315	0.49	0.49	23	3.7	2.1
中学部	657	25.3	22.5	347	3.3	371	0.59	0.53	29	4.3	2.5
高等部	715	27.2	23.6	357	3.4	400	0.65	0.55	31	4.8	2.7

今月の平均栄養量

日本型食生活週間 10日(月)～14日(金) 

主食・主菜・副菜を組み合わせた「日本型食生活」を知ることができる献立を実施します。

日本型食生活とは、「主食」であるごはんを中心に、魚・肉などの「主菜」、野菜・海藻などの「副菜」に加え、牛乳・乳製品、果物などを組み合わせた、栄養のバランスが優れた食生活のことです。

＜今月の季節の食材＞


さば


さといも


さつまいも


だいこん


かぶ


ほうれんそう


ねぎ

19日(水) あいち県民の日献立 

愛知県の郷土料理や愛知県でとれた食材を使用した献立を実施します。

★ごはん…米 

★飲用牛乳…牛乳 

★煮みそ…ぶた肉、生揚げ、にんじん、だいこん、豆みそ 

★青菜あえ…はくさい、にんじん

★れんこんサンドフライ…れんこん

※煮みそは、愛知県の郷土料理です。

たべまるのおすすめ

今月は、5日(水)のハンバーグのおろしソースかけに使われている【おろしソース】まる。作り方や写真は、右の二次元コードを読み込むか、たべまるをタップしてレシピの検索画面に「たべまる給食」と入れるとすぐに見つかるまる。





たべまる給食 検索

▲豊田市クックパッド公式キッチンはこちらから