

令和6年11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 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 (g)
		魚・肉・卵 まめ・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑 黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	米・パン・めん 芋・砂糖	油脂・種実類		
1 金	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ		小 中高	
	鶏肉とレバーのケチャップあえ	とりレバー とりにく			しょうが	でんぶん さとう	こめあぶら	627	689
	八宝菜	ぶたにく はんぺん		チンゲンサイ にんじん	たまねぎ はくさい しめじ	でんぶん	ごまあぶら	25.5	28.0
	もやしと青菜のナムル		のり	こまつな	もやし		ごま ごまあぶら		
5 火	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ			
	春巻き	ぶたにく		にんじん にら	キャベツ もやし エリンギ	はるまきのかわ	こめあぶら	639	702
	チンゲンサイと生揚げの中華煮	ぶたにく なまあげ		チンゲンサイ にんじん	はくさい しめじ	でんぶん	ごまあぶら	22.2	24.4
	切り干し中華サラダ				きりぼしだいこん きゅうり	さとう	ごま ごまあぶら		
6 水	豚肉とトマトのスパゲティー (ソフトめん・ソース) 牛乳	ぶたにく	飲用牛乳	トマト にんじん ピーマン	たまねぎ しめじ	ソフトめん さとう		692	761
	かぼちゃコロッケ	ぶたにく		かぼちゃ	たまねぎ	じゃがいも マッシュポテト パンこ でんぶん	こめあぶら	27.0	29.7
	豆っこサラダ	刈谷市産だいず			キャベツ きゅうり		ドレッシング		
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ			
7 木	肉みそビビンバの具	ぶたにく まめみそ		ほうれんそう	もやし ほししいたけ にんにく	さとう	ごま ごまあぶら	597	656
	にんじんしゅうまい (2個)	たら		にんじん	たまねぎ	しゅうまいのかわ		24.6	27.0
	わかめスープ	とうふ かまぼこ	わかめ	ねぎ	たまねぎ はくさい とうもろこし えのきたけ		ごまあぶら		
	刈谷市産中学校リクエスト献立 わかめご飯 牛乳		わかめ 飲用牛乳			こめ		691	760
8 金	わかどりからあ 若鶏の唐揚げ	とりにく			しょうが	でんぶん	こめあぶら	22.8	25.0
	団子汁	ちくわ		にんじん ねぎ	はくさい	じゃがもちボール じゃがいも			
	アーモンドあえ			ほうれんそう	もやし	さとう	アーモンド		
	金芽玄米ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ げんまい			
11 月	◆愛知の産物たっぷりカレー	ぶたにく なまあげ		にんじん トマト	たまねぎ れんこん なす キャベツ しょうが にんにく きりぼしだいこん		カレールウ	649	713
	チーズオムレツ	たまご	チーズ				こめあぶら	24.1	26.5
	りんご				りんご				
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ			
12 火	けんちんしのだ	とうふ あぶらあげ たら	ひじき	にんじん				610	671
	[甘みそ]	あまみそ							
	大根と鶏肉の煮物	とりにく		にんじん	こんにゃく えだまめ だいこん しょうが しめじ	さとう		22.5	24.7
	小松菜のお浸し			こまつな	はくさい	さとう			
13 水	倉王松中学校リクエスト献立 ミルクロールパン 牛乳		飲用牛乳			ミルクロールパン		633	696
	いかフライのレモン煮	いか			レモンかじゅう	パンこ こむぎこ さとう	こめあぶら	25.1	27.6
	コーンスープ		牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし		ポタージュのもと		
	ポテトサラダ				キャベツ きゅうり	じゃがいも	ドレッシング		
14 木	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ			
	刈谷市産大豆入り肉団子の塩ちゃんこ	ぶたにく なまあげ		チンゲンサイ にんじん にら	はくさい えのきたけ にんにく			645	709
	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	24.1	26.5
	切り干し大根のカレーきんぴら	ぶたにく		あかパプリカ	きりぼしだいこん こんにゃく	さとう	こめあぶら		
15 金	ご飯 牛乳		飲用牛乳			こめ			
	たらのみそマヨ銀紙焼き	たら みそ				さとう	ドレッシング	609	669
	刈谷市産里芋の筑前煮	とりにく		さやいんげん にんじん	こんにゃく ごぼう れんこん	刈谷市産さといも なまふ さとう		25.7	28.2
	みかん				みかん				
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》





18月	アメノイオ(ます)ご飯 (滋賀県) 牛乳 (麦ご飯・具)	ます 魚 飲む牛乳	にんじん ねぎ	ごぼう ほししいたけ	こめ おおむぎ さとう	636	699
	野菜と豆腐のナゲット(2個)	豆腐 魚 さかなすりみ とうにゅう	にんじん	たまねぎ えだまめ とうもろこし	こむぎこ	24.3	26.7
	豚汁	ぶたにく とうふ まめみそ	にんじん こまつな	こんにやく しめじ だいこん	さといも		
11月19日(火)は「地元の食材を味わう学校給食の日」 地域でとれた食材や郷土料理をおいしく味わいましょう!! 愛知県産食材は網かけ、刈谷市産食材は囲みで表します							
19火	ご飯 牛乳	飲む牛乳			こめ		
	刈谷市産大根のみそ煮	ぶたにく なまあげ まめみそ	にんじん さやいんげん	こんにやく 刈谷市産だいこん	さとう	678	745
	刈谷の里芋コロッケ			たまねぎ	刈谷市産さといも マッシュポテト パンこ こむぎこ	26.4	29.0
20水	刈谷市産大豆の納豆と青菜のあえもの	刈谷市産なっとう かつおぶし	ほうれんそう にんじん		さとう		
	スライスパン 牛乳	飲む牛乳			スライスパン	609	669
	ドライカレーサンドの具 ウインナーとじゃが芋のスープ煮	ぶたにく ポークウインナー	にんじん	たまねぎ とうもろこし たまねぎ だいこん しめじ	カレールー	24.7	27.1
21木	ブロッコリーのサラダ		ブロッコリー	キャベツ	ドレッシング		
	ご飯 牛乳	飲む牛乳			こめ	563	619
	五目厚焼き卵	たまご とりこ	ほうれんそう にんじん	しいたけ たけのこ		22.7	24.9
22金	関東煮	あげボール ちくわ なまあげ	こんぶ	こんにやく だいこん	じゃがいも さとう		
	キャベツの赤じそあえ		あかじそ	キャベツ			
	ご飯 牛乳	飲む牛乳			こめ	585	643
26火	いわしの煮付け	いわし		しょうが		24.3	26.7
	実だくさんみそ汁	とりこ あわせみそ	にんじん ねぎ	こんにやく だいこん ごぼう	さといも		
	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		
27水	ご飯 牛乳	飲む牛乳			こめ	571	628
	ハンバーグのオニオンソースかけ	ぶたにく とりこ		たまねぎ しょうが にんにく	さとう でんぶん	23.4	25.7
	じゃが芋と生揚げの赤だし	なまあげ まめみそ	にんじん ねぎ	えのきたけ	じゃがいも		
28木	切り干し大根とひじきのツナあえ	まぐるあぶらづけ	ひじき	きりぼしだいこん きゅうり もやし	さとう		
	芋川うどん (きしめん・汁)	とりこ かまぼこ あぶらあげ	にんじん こまつな	たまねぎ だいこん 刈谷市産しいたけ	きしめん さとう でんぶん	650	715
	肉団子の甘辛煮(2個)	とりこ		たまねぎ		24.6	27.0
29金	刈谷市産里芋のサラダ			えだまめ とうもろこし	刈谷市産さといも ドレッシング		
	ご飯 牛乳	飲む牛乳			こめ	647	712
	ぶりの照り焼き	ぶり				30.2	33.2
29金	じゃが芋と高野豆腐の卵とじ	たまご ちくわ こうやどうふ	にんじん ねぎ	たまねぎ	じゃがいも さとう		
	チンゲンサイのいため物	ベーコン	チンゲンサイ	キャベツ	こめあぶら		
	豆腐のオイスターソースいため	ぶたにく とうふ	チンゲンサイ にんじん	たまねぎ	さとう でんぶん	672	739
29金	さつま芋のアーモンドがらめ				さつま芋 さとう	21.5	23.6
	刈谷市産大根ときゅうりのナムル			刈谷市産だいこん きゅうり しょうが	ごまあぶら		

愛知県産の食材
(今月の予定)

主食(こめ(刈谷市産) こむぎ) 飲む牛乳 こまつな チンゲンサイ にんじん ねぎ ブロッコリー ほうれんそう キャベツ
きゅうり なす はくさい みかん れんこん のり ぶたにく だいず みそ とうにゅう きりぼしだいこん ほししいたけ

日本全国味めぐり

今月の味めぐりは「滋賀県」です。



滋賀県

アメノイオ(ます)ご飯

滋賀県には、日本一広い琵琶湖という湖があり、そこで獲れる魚や貝を使った郷土料理がたくさんあります。「アメノイオ」とは、びわますのことで、琵琶湖だけにいるサケ科の固有種です。びわますは、夏の土用明けの時期から呼び名が変わります。雨が降って増水した時に、川をのぼってくることから、「雨の魚(アメノイオ)」と呼ばれるようになりました。

「アメノイオご飯」は、秋を代表する味覚で、大勢の人が集まるときに作られています。平成10年に滋賀県の食文化財に指定された伝統的な郷土料理です。秋の味覚を楽しみましょう。