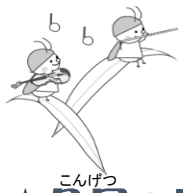
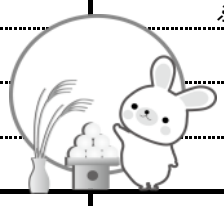


9月の給食予定献立表 （前半）

☆今月の目標 【 規則正しい生活リズムで丈夫な体をつくろう！ 】

令和4年度 佐賀県立伊万里特別支援学校

日付	献立名	使用する食品名 ※( )内の食品は“だし”とり用に使用した食品です						調味料他	エネルギー(kcal) / たんぱく質(g)
		（あか）おもにからだをつくるもとになる		（みどり）おもにからだのちょうしをととのえるもとになる		（きいろ）おもにエネルギーのもとになる			
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
		魚・肉・大豆・大豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂		
2（金）	シーフードカレー ・ 牛乳（伊万里産もち麦入りごはん）	まぐろあぶらづけ・いか・かいばしら・あさり	チーズ ぎゅうにゅう	にんじん・トマト・グリンピース	たまねぎ・りんご・にんにく・しょうが	こめ・もちむぎ（ダイシモチ）・じゃがいも	ｵﾘｰﾌﾞ油・油	ｶﾚｰﾙｳ・ﾜｲﾝ・ｹﾁｬﾌﾟ・醤油・ｶﾚｰ粉・ﾛｰﾘｴ・（鶏骨）	892
	海藻サラダ	ハム	かんてん・くきわかめ・こんぶ・しろきりんさい・わかめ・あかつのまた・あおつのまた	にんじん	きゅうり・とうもろこし		ごま	棒々鶏ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ	34.0
	フルーツヨーグルト	とうにゅう	ヨーグルト・かんてん		おうとう・みかん・きょほう・りんご・もも	さとう		ｸｴﾝ酸・他	
5（月）	中華味ごはん ・ 牛乳	やきぶた	ぎゅうにゅう	にんじん・えだまめ	たけのこ・しょうが・ほししいたけ	こめ・もちごめ・こくとう	ごま・ごま油	醤油・酒	791
	揚げぎょうざ	ぶたにく			キャベツ・たまねぎ・はくさい・しょうが・にんにく	こむぎこ・でんぷん・さとう	豚脂・ごま油・油	醤油・塩・他	
	ひじきのサラダ	まぐろあぶらづけ	ひじき	えだまめ・パプリカ	きゅうり	さとう	油	ﾌﾚﾝﾁﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ・ﾏﾖﾈｰｽﾞ・醤油・だし汁	30.9
	太平燕	うずらたまご・えび・ぶたにく		ちんげんさい・にんじん・こねぎ	たまねぎ・ほししいたけ・しょうが	はるさめ・でんぷん	ごま油	醤油・酒・塩・ｺｼｮｳ・ｵｲｽﾀｰｿｰｽ・（鶏骨・豚骨）	
6（火）	麦ごはん ・ 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			749
	鯖のごまみそ煮 ・ 野菜の甘煮	さば・みそ		にんじん・いんげん	しょうが	さとう	ねりごま・ごま	だし汁・酒・醤油・みりん	
	ゴーヤーの酢の物	かにふうみかまぼこ・かつおぶし		ゴーヤー	きゅうり	さとう	ごま	酢・りんご酢・醤油・塩	33.2
	冬瓜汁	とりにく・（かつおぶし）	（にぼし・こんぶ）	にんじん・こねぎ・にら	とうがん・ほししいたけ・たまねぎ・にんにく	はるさめ・でんぷん・ぱんこ・さとう	豚脂・ごま油	醤油・酒・塩・ｺｼｮｳ・ｵｲｽﾀｰｿｰｽ・他	
7（水）	なすとトマトのスパゲッティー ・ 牛乳	まぐろあぶらづけ・ベーコン	チーズ ぎゅうにゅう	トマト・にんじん・パセリ	なす・たまねぎ・にんにく・（セロリ）	スパゲッティー・さとう	ｵﾘｰﾌﾞ油	ﾜｲﾝ・ｹﾁｬｯﾌﾟ・ｿｰｽ・醤油・塩・ｺｼｮｳ・ｶﾚｰ粉・ｵﾚｶﾞﾉ・ﾊﾞｼﾞﾙ・ﾅﾂﾒｸﾞ・（鶏骨・ﾛｰﾘｴ）	868
	ささみとごぼうのサラダ	とりにく・たまご・（かつおぶし）	（こんぶ）	にんじん	ごぼう・きゅうり	でんぷん	油	青じそｸﾘｰﾐｰﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ・塩・ﾁｷﾝｴｷｽ・野菜ｴｷｽ・他	32.8
	伊万里梨のミニカップケーキ	たまご			なし	こむぎこ・さとう	油	ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ	
8（木）	麦ごはん ・ 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			815
	えびチリソース	えび		トマト	たまねぎ・しょうが・にんにく	でんぷん・こむぎこ・さとう	油	ｹﾁｬｯﾌﾟ・酒・酢・醤油・豆板醤・塩・ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ・（鶏骨）	
	炒めビーフン	ぶたにく・かまぼこ		ピーマン・にんじん	キャベツ・たまねぎ・もやし・きくらげ・しょうが	ビーフン	ごま油	ｵｲｽﾀｰｿｰｽ・醤油・酒・塩・ｺｼｮｳ	36.4
	五目スープ	たまご・とりにく	スキムミルク	にんじん・にら	たけのこ・ほししいたけ・しょうが	でんぷん		醤油・酒・塩・ｺｼｮｳ・（鶏骨）	
9（金）	**【お月見（十五夜）献立】**								790
	里芋ごはん ・ 牛乳	あぶらあげ	ちりめんじゃこ・（こんぶ）	えだまめ	しめじ	こめ・さといも		醤油・酒・塩	
	うさちゃんハンバーグ	とりにく ぶたにく			たまねぎ・しょうが・にんにく	さとう	豚脂	塩・ｹﾁｬｯﾌﾟ・他	
	かぼちゃのおよごし	みそ		かぼちゃ・ほうれんそう・にんじん	こんにゃく	さとう	ごま	酒・醤油・みりん	32.4
	白玉団子の月見汁	とりにく	（にぼし・こんぶ）	にんじん・はねぎ	だいこん・ごぼう・たまねぎ・ほししいたけ・しょうが	しらたまもち		醤油・酒・塩	
	黄桃ソースの杏仁豆腐		ぎゅうにゅう・クリーム		おうとう・レモン	さとう		ｾﾞﾗﾁﾝ・ｱｰﾓﾝﾄﾞｴｯｾﾝｽ・他	
12（月）	麦ごはん ・ 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			735
	ささみのレモン揚げ煮	とりにく			レモン・しょうが・にんにく	こむぎこ・でんぷん・さとう	油	さとう・酒・ﾏﾖﾈｰｽﾞ・塩・ｺｼｮｳ	
	茎わかめのサラダ	ちくわ・みそ	くきわかめ	にんじん	きゅうり	さとう	ごま	ﾏﾖﾈｰｽﾞ・みりん・からし	31.4
	みそ汁	とうふ・みそ	（にぼし）	かぼちゃ・こねぎ	たまねぎ・しめじ			酒	
13（火）	そぼろ混ぜごはん ・ 牛乳	とりにく・あぶらあげ	（こんぶ） ぎゅうにゅう	にんじん・グリンピース	ごぼう・しょうが・ほししいたけ	こめ・さとう		醤油・酒・塩	782
	鯵の梅みそ焼き	あじ・みそ		しそ	うめぼし・しょうが	さとう		酒・みりん・塩	
	五目豆	だいず・ちくわ	こんぶ	えだまめ・にんじん	れんこん・こんにゃく・ほししいたけ	さとう	油	だし汁・醤油・酒	45.5
	かき玉汁	たまご・かまぼこ・（かつおぶし）	（にぼし・こんぶ）	こねぎ	たまねぎ・えのきたけ			醤油・酒・塩	
14（水）	ピザトースト ・ 牛乳	ウインナー	スキムミルク・ぎゅうにゅう・チーズ	トマト・ピーマン	たまねぎ・マッシュルーム・にんにく	こむぎこ・さとう	ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ・ｵﾘｰﾌﾞ油	ｲｰｽﾄ・塩・ﾊﾞｼﾞﾙ・他	802
	豆豆サラダ	だいず・ひよこまめ・あかはなまめ・ハム		えだまめ・にんじん・グリンピース	きゅうり・とうもろこし			野菜いっぱい和風ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ	
	クラムチャウダー	あさり・かいばしら・ﾍﾞｰｺﾝ	ぎゅうにゅう・なまクリーム・チーズ・スキムミルク	にんじん・パセリ	たまねぎ・しめじ・にんにく・（セロリ）	じゃがいも・こむぎこ	ﾊﾞﾀｰ	ﾜｲﾝ・塩・ｺｼｮｳ・（鶏骨・ﾛｰﾘｴ）・他	38.1
	冷凍みかん				みかん				
15（木）	ナムル丼 ・ 牛乳	とりにく・ぎゅうにく・ぶたにく・（かつおぶし）	（こんぶ） ぎゅうにゅう	ほうれんそう・にんじん	はくさい・もやし・しょうが・にんにく・たまねぎ・りんご	こめ・むぎ・さとう	ごま・ごま油	塩・醤油・みりん・酒・ｺﾁｼﾞｬﾝ・豆板醤・唐辛子・他	750
	たたききゅうり		ちりめんじゃこ		きゅうり・しょうが		ごま・ごま油	醤油・みりん	37.8
	トマトとたまごのスープ	たまご・ハム		トマト・こねぎ・（にんじん）	たまねぎ・（セロリ）	でんぷん・さとう		醤油・酒・塩・ｺｼｮｳ・（鶏骨・ﾛｰﾘｴ）	
16（金）	麦ごはん ・ 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			770
	手作りギョロッケ	あじ・あまだい・とりにく・おから	ひじき	にんじん	キャベツ・たまねぎ・しょうが	ぱんこ・でんぷん・さとう	油	酒・塩・醤油・みりん・塩・だし汁	
	切干し大根のすだちポン酢和え	たまご・かつおぶし		にんじん	きりぼしだいこん・きゅうり・すだち	さとう・でんぷん		すだちポン酢・塩・他	29.1
	みそ汁	みそ・あぶらあげ	わかめ・（にぼし）	こねぎ	たまねぎ・しめじ	じゃがいも		酒	



9月の給食予定献立表 （後半）

☆今月の目標 【 規則正しい生活リズムで丈夫な体をつくろう！ 】

令和4年度 佐賀県立伊万里特別支援学校

日付	献立名	使用する食品名 ※( )内の食品は“だし”とり用に使用した食品です							エネルギー（kcal）
		（あか）おもにからだをつくるもとになる		（みどり）おもにからだのちょうしをととのえるもとになる		（きいろ）おもにエネルギーのもとになる		調味料他	たんぱく質（g）
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
		魚・肉・大豆・大豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂		
19（月）									
20（火）	【秋のお彼岸献立】								
	麦ごはん ・ 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			786
	秋刀魚のみぞれ煮	さんま		だいこん		さとう・でんぷん		醤油・みりん・塩	
	磯香和え		のり	ほうれんそう・にんじん	もやし			醤油・みりん	
	豚汁	ぶたにく・あつあげ・みそ	（にぼし）	にんじん・はねぎ	たまねぎ・だいこん・こんにゃく・ごぼう・しょうが	さつまいも	ごま油	酒	30.9
	ミニきなこおはぎ	あずき・きなこ				もちごめ・さとう・みずあめ		酢・塩・他	
21（水）	フレンチトースト ・ 牛乳	たまご	ぎゅうにゅう・スキムミルク			こむぎこ・さとう	ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ	ｲｰｽﾄ・塩・ﾊﾞﾆﾗｵｲﾙ	780
	きのこスパゲッティー	ベーコン	のり・こんぶこ	にんじん・しそ・こねぎ	たまねぎ・エリンギ・しめじ・えのきたけ・ほししいたけ・にんにく・（セロリ）	スパゲッティー・でんぷん	ｵﾘｰﾌﾞ油・ﾊﾞﾀｰ	醤油・ﾜｲﾝ・塩・ｺｼｮｳ・（鶏骨）	
	えびとれんこんのサラダ	えび	チーズ	パプリカ	れんこん・きゅうり	でんぷん		青じそｸﾘｰﾐｰﾄﾞﾚｼﾝｸﾞ・酒・塩	30.9
	オニオンスープ	ハム		パセリ・（にんじん）	たまねぎ・マッシュルーム・（セロリ）		ﾊﾞﾀｰ	ﾜｲﾝ・塩・ｺﾝｿﾒ・ｺｼｮｳ・（鶏骨・ローリエ）	
22（木）	麦ごはん ・ 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			815
	春巻き（2種）	ぶたにく・ハム	チーズ	にんじん・こねぎ	たけのこ・たまねぎ・ほししいたけ	こむぎこ・でんぷん・はるさめ	油	醤油・ｵｲｽﾀｰｿｰｽ・塩・ｺｼｮｳ	
	夏野菜サラダ	まぐろあぶらづけ		ゴーヤー・パプリカ	きゅうり・たまねぎ・とうもろこし	さとう	油	ﾏﾖﾈｰｽﾞ・醤油・塩・カレー粉・ｺｼｮｳ	33.7
	キムチとたまごのスープ	たまご・とうふ・とりにく・（かつおぶし）	（こんぶ）	にら・にんじん	はくさい・たまねぎ・えのきたけ・りんご・にんにく・しょうが	でんぷん・さとう	ごま・ごま油	醤油・酒・みりん・塩・ｺｼｮｳ・唐辛子・（鶏骨）・他	
23（金）									
26（月）	伊万里産もち麦入り高菜ピラフ ・ 牛乳	たまご・ぶたにく・ベーコン	ぎゅうにゅう	たかなづけ・にんじん	たまねぎ・にんにく・しょうが	こめ・もちむぎ（ダイシモチ）	ﾊﾞﾀｰ・ごま	ﾜｲﾝ・醤油・ｺﾝｿﾒ・塩・ｺｼｮｳ	790
	タンドリーチキン	とりにく	ヨーグルト		レモン・にんにく・しょうが	はちみつ	バター	ｹﾁｬｯﾌﾟ・酒・カレー粉・ﾊﾟﾌﾟﾘｶ粉・ﾀｰﾒﾘｯｸ・ｺｼｮｳ	
	おからサラダ	おから・まぐろあぶらづけ			きゅうり・たまねぎ			ﾏﾖﾈｰｽﾞ・りんご酢・塩・ｺｼｮｳ	39.6
	レタスとコーンのスープ	ウインナー		パセリ・（にんじん）	レタス・たまねぎ・えのきたけ・とうもろこし・（セロリ）	でんぷん		塩・ｺｼｮｳ・（鶏骨・ローリエ）	
27（火）	麦ごはん ・ 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			779
	鮭とじゃが芋のマヨネーズグラタン	さけ	チーズ	ピーマン	たまねぎ・マッシュルーム・にんにく	じゃがいも	ｵﾘｰﾌﾞ油	ﾏﾖﾈｰｽﾞ・ﾜｲﾝ・塩・ｺｼｮｳ	
	かみかみサラダ	たこ・さきいか		にんじん	きゅうり・きりぼしだいこん・レモン	アーモンド・さとう	ｵﾘｰﾌﾞ油	酢・醤油	32.9
	冬瓜のカレースープ	とりにく・ぶたにく・ベーコン・（かつおぶし）		にんじん・いんげん	とうがん・たまねぎ・しめじ・ほししいたけ・しょうが・にんにく	さとう	ｵﾘｰﾌﾞ油	ｶﾚｰﾙｳ・酒・カレー粉・ｹﾁｬｯﾌﾟ・ｿｰｽ・醤油・塩・黒ｺｼｮｳ・（鶏骨・豚骨）	
28（水）	麦ごはん ・ 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			801
	スパニッシュオムレツ	たまご・ウインナー・ぎゅうにく・ぶたにく	チーズ	にんじん・ピーマン	たまねぎ	じゃがいも	ｵﾘｰﾌﾞ油	ｹﾁｬｯﾌﾟ・ﾜｲﾝ・塩・ｺｼｮｳ	
	五目きんぴら	丸天	くきわかめ	にんじん・いんげん	ごぼう・こんにゃく・ほししいたけ	さとう	ごま・ｵﾘｰﾌﾞ油	醤油・酒・唐辛子	
	みそ汁	みそ・あぶらあげ	（にぼし）	にら	なす・たまねぎ・えのきたけ			酒	32.9
	果物（伊万里梨）				なし				
29（木）	麦ごはん ・ 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			779
	揚げ魚の伊万里梨ソースがけ	さば			なし・しょうが・にんにく	こむぎこ・でんぷん・さとう	油	ｹﾁｬｯﾌﾟ・醤油・酒・みりん・塩・ｺｼｮｳ	
	ゴーヤーチャンプルー	とうふ・たまご・ぶたにく・ベビーハム・かつおぶし	こんぶこ	ゴーヤー・にんじん	たまねぎ・しょうが		ごま油	塩・醤油・酒・ｵｲｽﾀｰｿｰｽ・ｺｼｮｳ	34.3
	みそ汁	みそ・あぶらあげ	わかめ・（にぼし）	こねぎ	たまねぎ・えのきたけ			酒	
30（金）	伊万里産もち麦入りいなり寿司	あぶらあげ				こめ・もちむぎ（ダイシモチ）・さとう・でんぷん	くろごま	酢・醤油・酒・塩・他	794
	牛乳		ぎゅうにゅう						
	丸天うどん	さつまあげ・たまご・（かつおぶし）	わかめ・（こんぶ・にぼし）	はねぎ	ごぼう	うどんめん・でんぷん・さとう		醤油・酒・塩・他	31.2
	梅マヨネーズ和え	かにふうみかまぼこ		にんじん・しそ	きゅうり・キャベツ・れんこん・うめぼし	さとう		ﾏﾖﾈｰｽﾞ・醤油	
								平 均（基準値）	793（778）34.1（32.1）

※献立は都合により変更される場合がありますのでご了承下さい。
※食物アレルギー等で加工食品の成分表や原材料のg数などの詳しい資料が必要な方は、学校へお申し出下さい。