



11月の予定献立表 (前半)



☆今月の目標【感謝の気持ちで食事をしよう】

令和6年度 佐賀県立伊万里特別支援学校

ひづけ 日付	こんだてめい 献立名	使用する食品名						ちようみりよほか 調味料他	エネルギー (kcal)
		(あか) おもにからだをつくるものになる		(みどり) おもにからだのちようしをととのえるものになる		(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		
		さかなにく だいず 魚・肉・大豆 ・大豆製品	ぎゆうにゆう ぎさかな 牛乳・小魚 ・海藻	りよくおうしよく やさい 緑黄色野菜	た やさい その他の野菜 ・きのこ・果物	こくるい るい 穀類・いも類 ・砂糖	ゆし 油脂		
1 (金)	むぎ 麦ごはん・牛乳 筑前煮 ホキ天玉揚げ みそ汁		ぎゆうにゆう	にんじん・いんげん	こんにやく・れんこん・ごぼう ほししいたけ	こめ・むぎ さといも・さとう	油	醤油・みりん・酒・だし汁 塩	713 27.4
4 (月)		ふりかえきゆうじつ 振替休日							
5 (火)	たかな 高菜ピラフ・牛乳 かぼちゃ団子汁 かみかみいりこミックス	ベーコン・たまご とりにく・(かつおぶし)	ぎゆうにゆう (こんぶ・にぼし)	にんじん かぼちゃ・にんじん	たかなづけ・たまねぎ キャベツ・たまねぎ・きくらげ	こめ・むぎ こむぎこ・しらたまご	バター・油・ごま 油	コンソメ・塩・コショウ・醤油 醤油・塩 醤油・みりん	807 26.5
6 (水)	ミルクパン(いちごジャム)・牛乳 手作りクリームシチュー 和風サラダ くだもの(りんご)	とりにく ハム	ぎゆうにゆう	にんじん・ほうれんそう にんじん	たまねぎ・とうもろこし・(セロリ) キャベツ・きゅうり・もやし	ミルクパン・いちご ジャム じゃがいも・こむぎこ	油・バター	コンソメ・塩・コショウ・(鶏骨・ ローリエ) 野菜いっぱい和風ドレッシング	785 28.9
7 (木)	むぎ 麦ごはん・牛乳 白身魚の野菜あんかけ ポテトサラダ みそ汁	あかうお ハム とうふ・みそ・(かつおぶし)	ぎゆうにゆう	にんじん・はねぎ にんじん	しょうが・たまねぎ・もやし ほししいたけ・たけのこ きゅうり キャベツ・たまねぎ	こめ・むぎ でんぶん・さとう	油 マヨネーズ	酒・醤油・酢・だし汁 酢・塩・コショウ だし汁	774 30.1
8 (金)	☆【11月8日は「いい歯の日」かみかみ献立】…「いい歯」をつくるには、よくかんで食べることやカルシウムをしっかりとることも大切です！								
	むぎ 麦ごはん・牛乳 松風焼き れんこんとさつま芋の甘酢炒め すまし汁	とりにく・おから・たまご・みそ (かつおぶし)	ぎゆうにゆう のり わかめ・(にぼし・こんぶ)	11/8 いい歯の日 にんじん・いんげん かいわれだいこん	たまねぎ れんこん・しょうが しめじ	こめ・むぎ ぼんご・さとう	ごま 油・ごま・くるごま	酒・醤油・塩 酢・醤油 醤油・塩	776 32.0
11 (月)	○11月11日～11月15日は「地産地消費強化週間」…伊万里市内や佐賀県産の食品を使った料理がたくさん登場します！！								
	むぎ 麦ごはん・牛乳 みそ煮 鶏肉の竜田揚げ かきたま汁	ぶたにく・あつあげ こめみそ・むぎみそ とりにく	ぎゆうにゆう	にんじん・いんげん	だいこん・こんにやく しょうが	こめ・むぎ さといも・さとう	油	醤油・酒・だし汁 醤油・酒 醤油・酒・塩	751 34.7
12 (火)	むぎ 麦ごはん・牛乳 スパニッシュオムレツ 根菜きんぴら みそ汁	たまご・ウインナー・ ぎゆうにゆう・ぶたにく とりにく	ぎゆうにゆう	ピーマン・にんじん にんじん・こねぎ	たまねぎ・しめじ・にんにく れんこん・ごぼう・きりほしだいこん・ こんにやく・しょうが・ほししいたけ	こめ・むぎ じゃがいも・さとう	オリーブ油 ごま・オリーブ油	ケチャップ・白ワイン・塩・コショウ 醤油・酒・唐辛子 酒	767 30.8
13 (水)	にく 肉わかめうどん・牛乳 青菜とりのりサラダ ミルク大学芋	ぎゆうにゆう・ぶたにく・ かまぼこ・(かつおぶし) かに・ふうみかまぼこ	わかめ・(にぼし・こんぶ) のり	はねぎ こまつな	たまねぎ えのきたけ・キャベツ	うどんめん(こむぎこ)・さとう	油・ごま	醤油・みりん・酒・だし汁 塩・酢・醤油	705 25.4
14 (木)	むぎ 麦ごはん・牛乳 マーボー豆腐 貝だくさん中華スープ かみかみ黒糖ピーンズ	とうふ・ぶたにく・とり にく・あかみそ・こめみそ やきぶた だいず	ぎゆうにゆう	チンゲンサイ・にんじん にんじん・はねぎ	たまねぎ・はくさい・ほししいたけ・に んにく・しょうが・ねぶかねぎ・(セロリ) もやし・キャベツ・しょうが・きりほし だいこん・(セロリ)	こめ・むぎ でんぶん・さとう	油・ごま油	酒・醤油・甜麺醬・豆板 醬・(鶏骨・ローリエ) 中華味・醤油・塩・(鶏 骨・ローリエ)	750 33.5
15 (金)	◎ PTA給食試食会								
	いまり 伊万里産黒米ごはん・牛乳 鮭の紅葉焼き 梅おかかあえ けんちん汁 くだもの(みかん)	さけ・みそ かつおぶし とりにく・とうふ・あぶら あげ(かつおぶし)	ぎゆうにゆう	パセリ ほうれんそう・あかピーマ ン にんじん・こねぎ	にんじん はくさい・きゅうり・うめぼし しめじ・ごぼう・こんにやく・だいこん みかん	こめ・くろまい	マヨネーズ	塩・酒・コショウ 醤油 醤油・塩	704 34.4



11月の予定献立表（後半）



令和6年度 佐賀県立伊万里特別支援学校

☆今月の目標【感謝の気持ちで食事をしよう】

ひづけ 日付	献立名	使用する食品名						調味料他	エネルギー (kcal)	
		(あか) おもにからだをつくるものになる		(みどり) おもにからだのちようしをとのえるものになる		(きいろ) おもにエネルギーのもとになる				
		1群 さかなく 魚・肉・大豆 だいず 大豆製品	2群 ぎゆうにゆう 牛乳・小魚 かいそう 海藻	3群 りよくうしよ 緑黄色野菜	4群 た やさい その他の野菜 くはもの きのこ・果物	5群 こくろい 穀類・いも類 さとう 砂糖	6群 ゆし 油脂			
18 (月)	むぎ 麦ごはん・牛乳		ぎゆうにゆう			こめ・むぎ		醤油・みりん・塩	721	
	いわしの うめに 梅煮	いわし			うめぼし	さとう・でんぷん				醤油
	いも さつま芋とほうれん草のバター醤油炒め			ほうれんそう	たまねぎ・にんにく	さつまいも	バター・油			醤油
19 (火)	ちんぼん じる 汁	あつあげ・えび・たら ほき・とりにく・みそ (かつおぶし)	(にぼし・こんぶ)	にんじん・はねぎ	はくさい・だいこん・こんにやく・えの きたけ・しめじ・たまねぎ	でんぷん・さとう・ばん こ	豚脂	醤油・みりん	28.8	
	ちんぼん ぎゆうにゆう 牛乳	ぶたにく・えび・いか さつまあげ・かまぼこ	ぎゆうにゆう	にんじん・はねぎ	キャベツ・もやし・たまねぎ・きくら げ・ほしいたけ・しょうが・にんにく・ (セロリ)	ちんぼんめん(こむ ぎこ)	油・豚脂・鶏脂・ 香味油	醤油・酒・塩・コショウ・中華 味(鶏骨・ローリエ)		752
	はなやさい 花野菜サラダ	ハム・たまご		ブロッコリー	カリフラワー・きゅうり			青じそクリームドレッシング		32.9
20 (水)	りんごとさつまいもの重ね煮				りんご・ほしぶどう	さつまいも・さとう	バター	白ワイン	796	
	ミルクパン(りんごジャム)・牛乳		ぎゆうにゆう			ミルクパン・りんごジャ ム				
	にくだんこ 肉団子のケチャップ煮	ぎゆうにゆう・ぶたにく・と りにく・だいず	こなチーズ	にんじん	たまねぎ・グリーンピース(セロリ)	じゃがいも・さとう	油	醤油・ケチャップ(鶏骨・ロー リエ)		29.4
21 (木)	ミルクロースローサラダ			にんじん	キャベツ・きゅうり・とうもろこし			コルスロードレッシング	29.4	
	チンゲンサイのスープ	ぶたにく		チンゲンサイ(にんじん)	たまねぎ(セロリ)		油	醤油・コンソメ・塩(鶏骨・ ローリエ)		
	ちゅうかあじ 中華味ごはん・牛乳	やきぶた・ぶたにく		にんじん	たけのこ・ほしいたけ・えだまめ	こめ・むぎ・さとう・くろ ごとう	ごま油・ごま	醤油・酒		751
22 (金)	ごもく 五目包子	ぶたにく・とうふ			キャベツ・たまねぎ・しいたけ・にん にく・しょうが	こむぎこ・こんにやく こ・さとう・でんぷん・ ばんこ	ごま油	塩・オイスターソース・コショウ	34.0	
	ツナサラダ	まぐろあぶらづけ		にんじん	きゅうり・キャベツ・もやし			棒々鶏ドレッシング		
	タイピーエン	うずらたまご・ぶたにく		にんじん・はねぎ	しょうが・たまねぎ(セロリ)	はるさめ	油	塩・コショウ・醤油・酒・中華 味(鶏骨・ローリエ)		
25 (月)	むぎ 麦ごはん・牛乳		ぎゆうにゆう			こめ・むぎ		醤油・酒	746	
	コロツケ	ぎゆうにゆう・ぶたにく・ たまご			たまねぎ	じゃがいも・こむぎこ・ ばんこ・さとう	油			白ワイン・醤油・塩・コショウ
	ひじき煮	さつまあげ・あぶらあ げ	ひじき	にんじん・いんげん	しらたき	さとう	油			だし汁・醤油・みりん
26 (火)	すまし汁	とりにく・とうふ(かつ おぶし)	わかめ(にぼし・こん ぶ)	かいわれだいこん	ほしいたけ			醤油・塩・酒	733	
	むぎ 麦ごはん・牛乳		ぎゆうにゆう			こめ・むぎ		醤油・酢・酒・塩・コショウ		
	あぶり 揚げ鶏の葱ソース煮	とりにく		こねぎ	ねぶかねぎ・しょうが・にんにく	さとう・でんぷん・こむ ぎこ	油・マヨネーズ			醤油
27 (水)	ごまあえ			ほうれんそう・にんじん	キャベツ・もやし	さとう	ごま・ねりごま		醤油	31.0
	みそ汁	みそ・とうふ(かつお ぶし)	わかめ(にぼし・こん ぶ)	にんじん	たまねぎ・しめじ					
	さけ 鮭わかめごはん・牛乳	さけ	わかめごはんのもと ぎゆうにゆう			こめ・むぎ	ごま	酒	739	
28 (木)	にく 肉じゃが	ぶたにく		にんじん・いんげん	たまねぎ・しらたき	じゃがいも・さとう	油	醤油・酒・だし汁	29.6	
	れんこんのからしあえ	ハム			れんこん・きゅうり	さとう	マヨネーズ	醤油・からし		
	はんぺん汁	はんぺん(かつおぶ し)	(にぼし・こんぶ)	はねぎ・にんじん	しめじ			醤油・塩・だし汁		
29 (金)	ピザトースト・牛乳	ウインナー	チーズ ぎゆうにゆう	ピーマン・トマトピューレ	たまねぎ・マッシュルーム・とうもろこ し	しょくパン	油	ピザソース・ケチャップ・コンソメ	710	
	かみかみサラダ	さきいか・たこ		にんじん	きりぼしだいこん・きゅうり・れもんじ る	さとう	アーモンド・オ リーブ油	醤油・酢		
	やさい 野菜スープ	ぶたにく		にんじん・パセリ	たまねぎ(セロリ)	じゃがいも		塩・コショウ・醤油・コンソメ (鶏骨・ローリエ)	33.1	
28 (木)	ヨーグルト		ヨーグルト						752	
	むぎ 麦ごはん・牛乳		ぎゆうにゆう			こめ・むぎ		酢・醤油・だし汁		
	さばのみそ煮・野菜の甘煮	さば・みそ		いんげん・にんじん	しょうが	さとう				醤油・酒・みりん・だし汁
29 (金)	ごしき 五色野菜のごま酢あえ	ハム・たまご		にんじん	ごぼう・もやし・きゅうり・きくら げ	さとう	ごま・ごま油		酢・醤油・だし汁	32.5
	さわら 沢煮椀	ぶたにく(かつおぶ し)	(こんぶ)	にんじん・はねぎ	しょうが・だいこん・たけのこ・ほし いたけ		油	酒・塩・醤油		
	チキンカレー・牛乳	とりにく	ぎゆうにゆう	にんじん	たまねぎ・りんごピューレ にんにく・グリーンピース(セロリ)	こめ・むぎ・じゃがいも	油	カレールー・赤ワイン・ケチャップ・ 醤油・コンソメ(鶏骨・ローリ エ)	837	
29 (金)	まめまめサラダ	ハム・だいず・ガルバ ンソー・レッドキド ニー・マローファット ピース		にんじん	えだまめ・とうもろこし・きゅうり・キャ ベツ			野菜いっぱい和風ドレッシ ング	26.7	
	きらきらゼリー入りミックスフルーツ		イナアガー		パイナップル缶・りんご・もも缶・み かん缶・れもんじる	グラニューとう		白ワイン		

※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。



平均
(本校平均基準値)

753
(720)
30.4
(28.8)