

学校給食だより

令和7年 9月号
徳島県立板野支援学校 給食部発行

日曜日	9月の予定献立			材料名						メモ				
	主食	牛乳	おかず	血や肉になるもの(赤)		体の調子を整えるもの(緑)		熱や力のもとになるもの(黄)		熱量	タンパク	脂肪	カルシウム	塩分
1月	始業式													
2火	米粉入りミルク揚げパン	●	アンサンブルエッグ 鶏肉と野菜のトマト煮	アンサンブルエッグ 鶏肉	牛乳 牛乳ミルク	にんじん トマト にんじん ブロッコリー	キャベツ たまねぎ	パン 砂糖	米油	やさしい野菜を食べよう！				
3水	ごはん	●	ポークカレー(具) フルーツポンチ	豚肉	牛乳	にんじん	たまねぎ しょうが にんにく 枝豆 桃 みかん パイン	ごはん 砂糖	米油	やさしい野菜週間				
4木	ごはん	●	さわらのすだちしょうゆかけ しめじあえ みそけんちん汁	さわら 油揚げ 鶏肉 みそ 豆腐	牛乳	小松菜 にんじん 葉ねぎ	すだち 白菜 しめじ 大根	ごはん 砂糖	米油	季節の食べ物「さといも」				
5金	ごはん	●	なすのマー婆ー炒め わかめスープ	豚肉 厚揚げ みそ 豆腐 ベーコン	牛乳 わかめ	にんじん 葉ねぎ	なす しいたけ 枝豆 しょうが にんにく たまねぎ	ごはん デンブン 砂糖	米油 ごま油	徳島の特産物「鳴門わかめ」				
8月	ごはん	●	やさしい野菜の煮物 シーチキンサラダ	鶏肉 うずら卵 シーチキン	牛乳	にんじん さやいんげん プロッコリー	れんこん ごはう しめじ キャベツ コーン	ごはん さといも こんにゃく 砂糖	米油 ドレッシング	こまめに水分補給をしよう				
9火	米粉入り小型パン	●	ひ冷やしそうめん ジンジャーポーク みかんジャム	えび 錦糸卵 豚肉	牛乳	葉ねぎ	きゅうり しいたけ しょうが しょうが レモン たまねぎ	パン そうめん 砂糖	米油	地場産物「きゅうり」				
10水	ごはん	●	わふう和風ハンバーグ 紀州汁	ハンバーグ 豚肉 油揚げ みそ	牛乳	葉ねぎ にんじん 葉ねぎ	たまねぎ えのきだけ しょうが 大根	ごはん デンブン 砂糖 きしめん	米油 ごま油	はやね・はやお・あさ 早寝・早起き・朝ごはん				
11木	ごはん	●	とりから揚げのおろし煮 夏野菜の酢の物 ぶどうゼリー	鶏肉 油揚げ	牛乳	にんじん チンゲンサイ かぼちゃ	大根 しめじ きゅうり キャベツ たまねぎ	ごはん デンブン 砂糖 砂糖	米油 ごま	今日のお昼は「給食放送」				
12金	ごはん	●	さんしょく三色どんぶり(具) さつまいも	豚肉 卵 豚肉 みそ	牛乳 のり	にんじん 葉ねぎ	枝豆 ごぼう しめじ	ごはん デンブン 砂糖 さつまいも	米油 ごま油	季節の食べ物「さつまいも」				
15月	敬老の日													
16火	米粉入りパン	●	やさしい野菜ソテー もやしとたまごの中華スープ レーズンクリーム	豚肉 いか 豆腐 卵	牛乳	にんじん ピーマン 葉ねぎ	キャベツ たまねぎ 果実 にんにく もやし	パン 砂糖	ごま 米油	季節の食べ物「梨」				
17水	ごはん	●	さばの幽庵焼き きゅうりのとかかあえ 吻汁 和梨ゼリー	さば かつお節 大豆 みそ 豆腐	牛乳		ゆず きゅうり ごぼう 大根 白ねぎ	ごはん 砂糖	さかな 米油	魚を食べよう！今日は「さば」				
18木	ごはん	●	はるさめと鶏肉の中華炒め ひじきサラダ	鶏肉 うずら卵 シーチキン	牛乳 ひじき	にんじん	たけのこ キャベツ コーン	ごはん はるさめ 砂糖	米油 ごま油	地場産物「たけのこ」				
19金	ごはん	●	ちくせんに筑前煮 すもの酢の物	さつま揚げ 厚揚げ 鶏肉 油揚げ	牛乳	にんじん さやいんげん にんじん	れんこん ごぼう キャベツ	ごはん こんにゃく 砂糖	米油 ごま	まいづるにちしきいひ 毎月19日は「食育の日」				
22月	ごはん	●	ひき肉と根菜類の元氣どんぶり(具) ワンタンスープ	豚肉 卵 ベーコン	牛乳 わかめ	にんじん ほうれんそう にんじん	ごぼう 大根 たまねぎ	ごはん 砂糖 ワンタン	米油	ごはんを食べよう！どんぶりメニュー				
23火	秋分の日													
24水	ごはん	●	じゃがいものそぼろ煮 いかとキャベツの酢の物	豚肉 うずら卵 いか	牛乳 わかめ	にんじん さやいんげん	たまねぎ キャベツ キュウリ	ごはん じゃがいも こんにゃく 砂糖	米油 ごま	よくかんで食べよう！				
25木	ごはん	●	マーボー厚揚げ 中華スープ	豚肉 厚揚げ みそ 鶏肉 卵	牛乳	にんじん ニラ ニラ にんじん	しいたけ たけのこ たまねぎ しょうが にんにく	ごはん デンブン 砂糖 デンブン	米油 ごま油	せいとほんきゅうしょいんかい 生徒保健給食委員会				
26金	ごはん	●	とりにく鶏肉のさっぱり煮 ブロッコリーのじゃこバター	鶏肉 うずら卵 ちりめん	牛乳 ブロッコリー	にんじん さやいんげん	れんこん しいたけ コーン	ごはん 砂糖 バター	米油	じばさんぶつ 地場産物「しいたけ」				
29月	ごはん	●	ハッシュドポーク(具) れんこんのシャキシャキあえ	豚肉 生クリーム	トマト	たまねぎ マッシュルーム 枝豆	しめじ マッシュルーム 枝豆	ごはん 砂糖	米油 ごま油	きそくただ 規則正しい生活をしよう				
30火	米粉入り小型パン	●	じゃージャー麺 もやしのナムル いちごジャム	豚肉 みそ さつま揚げ	牛乳 チンゲンサイ	葉ねぎ	きゅうり もやし しょうが にんにく もやし しょうが	パン 砂糖 中華めん 砂糖 いちごジャム	米油 ごま油	じばさんぶつ 地場産物「葉ねぎ」				
材料の購入、その他の理由により、献立を変更する場合があります。御了承ください。														
								平均値	724	31.0	22.6	339	2.5	
								基準値	760	32.3	21.1	420	2.8	