

令和6年度 6月給食献立予定表

東京都立城南特別支援学校
校長 濱野 建児

日曜日	普通食 献立名	後期食 献立名	中・初期食 献立名	共通する主な食材名
3月	ごはん 麻婆豆腐 中華和え キャベツスープ 417kcal	軟飯 麻婆豆腐 中華和え キャベツスープ 393kcal	おかゆ 麻婆豆腐 中華和え キャベツスープ 336kcal	豚ひき肉・豆腐・みそ・米・米ぬか油・三温糖・ごま油・ じゃがいもでん粉・ごま・にんにく・しょうが・ねぎ・にん じん・しいたけ・にら・もやし・きゅうり・キャベツ・セリ・こ まつな
4月	ごはん 鯖の漬け焼き大根ソ ウザラ 吉野汁 428kcal	軟飯 鯖団子の漬け焼き大根ソ ウザラ 吉野汁 419kcal	おかゆ 鯖ソウザラ大根ソ ウザラ 吉野汁 400kcal	さば・ツナ・油揚げ・米・米ぬか油・さといも・じゃがい もでん粉・だいごん・こねぎ・しょうが・りん果汁・ きゅうり・キャベツ・にんじん・ごまつな
5月	五目チャーハン わかめソウザラ 豆腐ソウザラ 420kcal	五目チャーハン わかめソウザラ 豆腐ソウザラ 431kcal	おかゆ 五目ソウザラ大根ソ ウザラ 豆腐ソウザラ 399kcal	卵・たまご・わかめ・豆腐・牛乳・生クリーム・卵黄寒天・米・ 米ぬか油・ごま油・上白糖・メープルシロップ・玉ねぎ・ねぎ・赤 ピーマン・しいたけ・きゅうり・キャベツ・ごまつな・にんじん
6月	ごはん のりの佃煮 厚焼き卵 えのき和え 生姜汁 400kcal	軟飯 のりの佃煮 厚焼き卵 えのき和え 生姜汁 359kcal	おかゆ のりの佃煮 厚焼き卵 えのき和え 生姜汁 321kcal	のり・鶏ひき肉・たまご・米・三温糖・米ぬか油・上白 糖・にんじん・ねぎ・だいごん・キャベツ・ごまつな・え のきだけ・しょうが
7月	ごはん 鶏肉のトマトソースかけ ごぼうソウザラ 野菜ソウザラ 401kcal	軟飯 鶏団子のトマトソースかけ ごぼうソウザラ 野菜ソウザラ 381kcal	おかゆ 鶏団子トマトソースかけ ごぼうソウザラ 野菜ソウザラ 329kcal	鶏もも肉・みそ・ピーマン・米・薄力粉・米ぬか油・三温糖・マヨ ネーズ・練りごま・ごま・にんにく・玉ねぎ・マヨネーズ・トマト缶詰・にん じん・キャベツ・ごぼう・しいたけ
10月	オムレツ クルソウザラ 卵ソウザラ 424kcal	オムレツ クルソウザラ 卵ソウザラ 405kcal	おかゆ オムレツ大根ソ ウザラ 卵ソウザラ 344kcal	ウインナー・たまご・米・米ぬか油・じゃがいもでん粉・マ ヨネーズ・赤ピーマン・キャベツ・きゅうり・にんじん・みかん 缶詰・りんご缶詰・パイ缶詰・しいたけ・玉ねぎ・こね ぎ
11月	とりごぼうごはん 鯖の利休焼き 梅肉和え 味噌汁 411kcal	とりごぼう軟飯 鯖団子の練りごまあん 梅肉和え 味噌汁 400kcal	とりごぼう粥 鯖ソウザラ練りごまあん 梅肉和え 味噌汁 356kcal	鶏ひき肉・さくら・みそ・米・米ぬか油・三温糖・ご ま・ごぼう・にんじん・しょうが・きゅうり・もやし・ えのきだけ・梅干し・玉ねぎ・ごまつな
12月	豚丼 おかか和え すまし汁 408kcal	豚団子丼 おかか和え すまし汁 375kcal	おかゆ 豚ソウザラ大根ソ ウザラ 味噌汁 325kcal	豚もも肉・かつおぶし・豆腐・わかめ・米・米ぬか油・ 春雨・三温糖・にんじん・玉ねぎ・ねぎ・だいごん・ きゅうり・しめじ
13月	ミソカツ キャベツと大根のソウザラ 394kcal	ステーキ キャベツと大根のソウザラ 413kcal	ハンバーグ キャベツと大根のソウザラ 385kcal	豚もも肉・ミソカツ・米ぬか油・じゃがいも・薄力粉・上 白糖・にんにく・しょうが・キャベツ・玉ねぎ・にんじん・ トマト缶詰・キャベツ・だいごん・きゅうり
14月	ごはん 鶏肉の香味焼き 野菜の甘酢和え けんちん汁 和え汁 422kcal	軟飯 鶏団子の香味焼き 野菜の甘酢和え けんちん汁 和え汁 396kcal	おかゆ 鶏団子香味焼き 野菜の甘酢和え けんちん汁 和え汁 347kcal	鶏もも肉・わかめ・豆腐・粉寒天・乳酸菌飲料・米・じゃ がいもでん粉・ごま・練りごま・三温糖・ごま油・米ぬか油・ さといも・上白糖・しょうが・ねぎ・しそ葉・もやし・にん じん・キャベツ・だいごん・ごぼう・みかん缶詰
17月	しらすゆかりごはん ぎせい豆腐あんかけ 味噌汁 425kcal	しらすゆかり軟飯 ぎせい豆腐あんかけ 味噌汁 380kcal	しらすゆかり粥 ぎせい豆腐あんかけ 味噌汁 321kcal	しらす干し・豆腐・鶏ひき肉・たまご・みそ・米・ごま・米ぬか 油・三温糖・じゃがいもでん粉・じゃがいも・ねぎ・にんじん・し いたけ・もやし・キャベツ・ごまつな・りん果汁・玉ねぎ・ゆかり粉
18月	カレー 大根のソウザラ コツムスブ あじさいゼリー 464kcal	カレー 大根のソウザラ コツムスブ あじさいゼリー 388kcal	冷たいカレー 大根のソウザラ コツムスブ あじさいゼリー 370kcal	卵・ピーマン・粉寒天・乳酸菌飲料・カレー・米ぬか油・三温糖・上 白糖・にんにく・玉ねぎ・しめじ・ピーマン・マヨネーズ・トマト缶詰・パセ リ・だいごん・にんじん・ごまつな・キャベツ・セリ・ぶどうジュース・ みかん缶詰・りん果汁
19月	ごはん 鯖の葉味焼き ごま和え ひじきの五目炒り煮 野菜味噌汁 405kcal	軟飯 鯖団子の葉味焼き ごま和え ひじきの五目炒り煮 野菜味噌汁 384kcal	おかゆ 鯖ソウザラ葉味焼き ごま和え ひじきの五目炒り煮 野菜味噌汁 344kcal	さけ・ひじき・大豆・油揚げ・米・米ぬか油・三温糖・ごま 油・ごま・練りごま・にんにく・しょうが・ねぎ・ごまつ な・だいごん・にんじん・さやいんげん・しいたけ・こねぎ
20月	ごはん カツカレー 三色ソウザラ じゃが芋とピーマンのソウザラ パンソウザラ 418kcal	軟飯 鶏団子のカツカレー 三色ソウザラ じゃが芋とピーマンのソウザラ パンソウザラ 388kcal	おかゆ 鶏団子カツカレー 三色ソウザラ じゃが芋とピーマンのソウザラ パンソウザラ 341kcal	鶏もも肉・ヨーグルト・ピーマン・卵黄寒天・牛乳・米・米ぬか油・ 三温糖・じゃがいも・上白糖・玉ねぎ・にんにく・もやし・ にんじん・ごまつな・いちごゼリー
21月	ごはん 肉じゃが お浸し 味噌汁 408kcal	軟飯 肉じゃが お浸し 味噌汁 402kcal	おかゆ 肉じゃが お浸し 味噌汁 350kcal	豚もも肉・みそ・米・米ぬか油・じゃがいも・三温糖・にん じん・玉ねぎ・はくさい・ごまつな・キャベツ・えのきだけ
24月	ドライカレー クルソウザラ トマトと卵のソウザラ 410kcal	ドライカレー クルソウザラ トマトと卵のソウザラ 376kcal	おかゆ 豚ソウザラドライカレー クルソウザラ トマトと卵のソウザラ 332kcal	豚ひき肉・鶏ひき肉・たまご・米・米ぬか油・薄力粉・三温 糖・じゃがいもでん粉・しょうが・にんにく・玉ねぎ・にん じん・キャベツ・きゅうり・セリ・トマト缶詰・パセリ
25月	ごはん 鶏肉のごま味噌焼き からし和え 豚汁 芋ようかん 453kcal	軟飯 鶏団子のごま味噌あんかけ からし和え 豚汁 芋ようかん 411kcal	おかゆ 鶏団子ごま味噌あんかけ からし和え 豚汁 芋ようかん 364kcal	鶏もも肉・みそ・豚もも肉・油揚げ・粉寒天・米・米ぬか 油・三温糖・ごま・じゃがいもでん粉・さといも・さつまい も・しょうが・ごまつな・にんじん・キャベツ・だいごん・ごぼ う・ねぎ
26月	ぶどうパン ホーロー しらすソウザラ 417kcal	ステーキ ホーロー しらすソウザラ 456kcal	ハンバーグ ホーロー しらすソウザラ 409kcal	豚もも肉・しらす干し・わかめ・ぶどうパン・米ぬか油・じゃ がいも・薄力粉・三温糖・にんにく・玉ねぎ・にんじん・マ ヨネーズ・りん果汁・きゅうり・だいごん
27月	ひじきごはん 鯖の磯辺焼き ゆかり和え すまし汁 402kcal	ひじき軟飯 鯖団子の磯辺焼き ゆかり和え すまし汁 405kcal	ひじき粥 鯖ソウザラ磯辺焼き ゆかり和え すまし汁 368kcal	ひじき・油揚げ・鶏もも肉・さば・青のり・米・米ぬか 油・にんじん・キャベツ・きゅうり・もやし・ごまつな・ ねぎ・ゆかり粉
28月	ごはん 生揚げと豚肉の味噌炒め 春雨ソウザラ わかめソウザラ 440kcal	軟飯 豆腐と豚団子の味噌炒め 春雨ソウザラ わかめソウザラ 382kcal	おかゆ 豆腐と豚ソウザラ味噌炒め 春雨ソウザラ わかめソウザラ 337kcal	豚もも肉・生揚げ・みそ・わかめ・米・米ぬか油・三温糖・ごま 油・じゃがいもでん粉・春雨・ごま・だしのこ・しいたけ・ピー マン・キャベツ・にんじん・にんにく・しょうが・ねぎ・もやし・きゅう り・玉ねぎ

◎牛乳(ウルトラミルク)は、毎日つきます。

◎都合により、献立内容や使用食材を変更する場合があります。

◎料理により、かつお厚削り、昆布、鶏骨、豚骨などでだしをとっています。

◎栄養価は、幼稚部・小学部低学年(普通食・後期食450kcal/中期食・初期食380kcal)を基準としています。(小学部高学年1.2倍、中学部・高等部1.4倍)

◎献立表に記載されているkcalは、牛乳1本(200cc)126kcalを含んだ値です。

◎各種食物アレルギー対応食も同一給食室内で調理を行っております。あらかじめ御了承ください。

