

令和6年度 9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 | 使用している主な食材名 |
|---------|--|---|---|---|
| 2 月 | 豚丼 わかめサラダ 味噌汁 399kcal | 豚団子丼 わかめサラダ 味噌汁 367kcal | おかゆ 豚肉入り醤油あんかけ わかめサラダ 味噌汁 320kcal | 豚もも肉・わかめ・みそ・米・米ぬか油・春雨・三温糖・ごま油・にんじん・玉ねぎ・ねぎ・きゅうり・キャブツ・えのきたけ |
| 3 火 | 弁当カレー 三色サラダ 豆腐スープ 梨 442kcal | 弁当カレー 三色サラダ 豆腐スープ 梨のｺｯﾎﾟｰﾄ 443kcal | おかゆ 鶏肉入りカレー 三色サラダ 豆腐スープ 梨のｺｯﾎﾟｰﾄ 414kcal | 鶏もも肉・豆腐・米・米ぬか油・じゃがいも・三温糖・はちみつ・バター・薄力粉・ごま油・しょうが・にんにく・玉ねぎ・にんじん・もやし・こまつな・しいたけ・ねぎ・梨 |
| 4 水 | ごはん 鯖の漬け焼き大根ソｽ お浸し 吉野汁 392kcal | 軟飯 鯖団子の大根ソｽ お浸し 吉野汁 379kcal | おかゆ 鯖肉入り大根ソｽ お浸し 吉野汁 360kcal | さば・油揚げ・米・さといも・じゃがいもでん粉・だいこん・こねぎ・しょうが・ﾄﾚｯﾌﾟﾙ汁・はくさい・にんじん・こまつな |
| 5 木 | ごはん 麻婆豆腐 中華和え 青菜ときのこのｽｰﾌﾟ 429kcal | 軟飯 麻婆豆腐 中華和え 青菜ときのこのｽｰﾌﾟ 384kcal | おかゆ 麻婆豆腐 中華和え 青菜ときのこのｽｰﾌﾟ 360kcal | 豚ひき肉・豆腐・みそ・ﾊﾞｰﾝｽﾞ・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・にら・もやし・きゅうり・玉ねぎ・えのきたけ・こまつな |
| 6 金 | ｽﾊﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞ ﾌﾝﾌﾝﾌﾝﾌﾝ じゃが芋とﾊﾞｰﾝｽﾞのｽｰﾌﾟ 416kcal | ｽﾊﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞ ﾌﾝﾌﾝﾌﾝﾌﾝ じゃが芋とﾊﾞｰﾝｽﾞのｽｰﾌﾟ 364kcal | 冷麦 ﾎｰﾝｽﾞｽﾄｰﾌﾞ ﾌﾝﾌﾝﾌﾝﾌﾝ じゃが芋とﾊﾞｰﾝｽﾞのｽｰﾌﾟ 347kcal | ﾊﾞｰﾝｽﾞ・ｽﾊﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞ・米ぬか油・三温糖・じゃがいも・にんにく・玉ねぎ・しめじ・ﾌﾞﾗｯﾄﾞ・ﾏｯｼﾞｰﾙﾑ・ﾄﾚｯﾌﾟﾙ汁・ｷﾞﾝﾌﾞﾙ汁・きゅうり・にんじん・ﾊﾞｰﾝ |
| 9 月 | ～重陽の節句献立～ 鮭寿司 菊花和え すまし汁 牛乳寒黒蜜ソｽ 411kcal | ～重陽の節句献立～ 鮭団子寿司 菊花和え風 すまし汁 牛乳寒黒蜜ソｽ 404kcal | ～重陽の節句献立～ おかゆ 鮭肉入りﾌﾞﾗｯﾄﾞｽﾄｰﾌﾞ 菊花和え風 すまし汁 牛乳寒黒蜜ソｽ 371kcal | さけ・たまご・かまぼこ・牛乳・生ｸﾘｰﾑ・ｸﾘｰﾑ寒天・米・上白糖・ごま・三温糖・黒砂糖・ﾄﾚｯﾌﾟﾙ汁・きゅうり・ｷﾞﾝﾌﾞﾙ汁・にんじん・こまつな・さくの花・みつば |
| 10 火 | ごはん 鶏肉の味噌燗焼き からし和え 豆乳汁 419kcal | 軟飯 鶏団子の味噌燗蒸し からし和え 豆乳汁 378kcal | おかゆ 鶏肉入り味噌燗蒸し からし和え 豆乳汁 334kcal | 鶏もも肉・みそ・生揚げ・豆乳・米・米ぬか油・じゃがいもでん粉・さつまいも・こねぎ・こまつな・にんじん・ｷﾞﾝﾌﾞﾙ汁・だいこん・ねぎ |
| 11 水 | ﾐﾙｸﾊﾞﾝ ﾎｰﾙｰﾝｽﾞ ｷﾞﾝﾌﾞﾙ汁と大根のサラダ 429kcal | ｽﾁｰﾙﾊﾞﾝ ﾎｰﾙｰﾝｽﾞ ｷﾞﾝﾌﾞﾙ汁と大根のサラダ 419kcal | ﾊﾞﾝｽﾞ粥 ﾎｰﾙｰﾝｽﾞ ｷﾞﾝﾌﾞﾙ汁と大根のサラダ 386kcal | いんげんまめ・豚もも肉・ﾊﾞｰﾝｽﾞ・ﾐﾙｸﾊﾞﾝ・米ぬか油・じゃがいも・三温糖・上白糖・にんじん・玉ねぎ・さやいんげん・ｷﾞﾝﾌﾞﾙ汁・だいこん・きゅうり |
| 12 木 | ごはん つくね焼き ゆかり和え けんちん汁 436kcal | 軟飯 つくね蒸し ゆかり和え けんちん汁 400kcal | おかゆ 鶏肉入りつくねあんかけ ゆかり和え けんちん汁 301kcal | 鶏ひき肉・たまご・豆腐・米・米ぬか油・ﾊﾞﾝｽﾞ粉・三温糖・じゃがいもでん粉・さといも・ごま油・ねぎ・しょうが・ｷﾞﾝﾌﾞﾙ汁・きゅうり・もやし・だいこん・にんじん・ごぼう・ゆかり粉 |
| 13 金 | 弁当カレー しらすサラダ 卵ｽｰﾌﾟ 416kcal | 弁当カレー しらすサラダ 卵ｽｰﾌﾟ 398kcal | おかゆ ﾎｰﾝｽﾞｽﾄｰﾌﾞ しらすサラダ 卵ｽｰﾌﾟ 320kcal | ｷﾞﾝﾌﾞﾙ汁・しらす干し・わかめ・たまご・米・米ぬか油・三温糖・じゃがいもでん粉・ﾏｯｼﾞｰﾙﾑ・赤ﾊﾞﾝﾌﾞﾙ汁・ﾄﾚｯﾌﾟﾙ汁・きゅうり・だいこん・しいたけ・玉ねぎ・こねぎ |
| 17 火 | ～十五夜献立～ さつま芋ごはん 鯖の西京焼き ﾄﾚｯﾌﾟﾙ汁和え すまし汁 お月見ﾃﾞﾘｰ 460kcal | ～十五夜献立～ さつま芋軟飯 鯖団子の西京味噌あん ﾄﾚｯﾌﾟﾙ汁和え すまし汁 お月見ﾃﾞﾘｰ 451kcal | ～十五夜献立～ さつま芋粥 鯖肉入り西京味噌あん ﾄﾚｯﾌﾟﾙ汁和え すまし汁 お月見ﾃﾞﾘｰ 414kcal | さくら・みそ・かまぼこ・牛乳・生ｸﾘｰﾑ・粉寒天・米・さつまいも・ごま・三温糖・上白糖・もやし・ｷﾞﾝﾌﾞﾙ汁・にんじん・こまつな・ﾄﾚｯﾌﾟﾙ汁・みつば・もも缶詰 |
| 18 水 | ごはん 五目卵焼きあんかけ おかか和え 豚汁 424kcal | 軟飯 五目卵焼きあんかけ おかか和え 豚汁 375kcal | おかゆ 五目卵焼きあんかけ おかか和え 豚汁 351kcal | たまご・鶏ひき肉・かつお節・豚もも肉・油揚げ・みそ・米・ごま油・三温糖・じゃがいもでん粉・米ぬか油・さといも・にんじん・ほうれんそう・だいこん・きゅうり・しめじ・ごぼう・ねぎ |
| 19 木 | わかめごはん 鶏肉の和風ﾊﾞﾝｽﾞ粉焼き ごま和え 野菜碗 401kcal | わかめ軟飯 鶏団子の和風あんかけ ごま和え 野菜碗 348kcal | わかめ粥 鶏肉入り和風あんかけ ごま和え 野菜碗 304kcal | わかめ・鶏もも肉・米・ごま・練りごま・米ぬか油・ﾊﾞﾝｽﾞ粉・三温糖・しょうが・にんにく・ねぎ・こまつな・だいこん・にんじん・しいたけ・こねぎ |
| 20 金 | ごはん 豆腐ｽｰｷ肉野菜あんかけ 野菜の甘酢和え 味噌汁 410kcal | 軟飯 豆腐と肉団子の野菜あんかけ 野菜の甘酢和え 味噌汁 369kcal | おかゆ 豆腐と鶏肉の野菜あんかけ 野菜の甘酢和え 味噌汁 321kcal | 豆腐・鶏ひき肉・わかめ・みそ・米・米ぬか油・薄力粉・ごま油・じゃがいもでん粉・ごま・練りごま・三温糖・しいたけ・にんじん・ねぎ・もやし・ｷﾞﾝﾌﾞﾙ汁・玉ねぎ・こまつな |
| 24 火 | 弁当カレー 豆腐と青菜のｽｰﾌﾟ ｺﾞﾌﾞﾚｰ 436kcal | 弁当カレー 豆腐と青菜のｽｰﾌﾟ ｺﾞﾌﾞﾚｰ 444kcal | おかゆ 鶏肉入りｽｰﾌﾟ 豆腐と青菜のｽｰﾌﾟ ｺﾞﾌﾞﾚｰ 382kcal | 鶏もも肉・ｷﾞﾝﾌﾞﾙ汁・豆腐・ｸﾘｰﾑ寒天・牛乳・生ｸﾘｰﾑ・米・米ぬか油・上白糖・ﾄﾚｯﾌﾟﾙ汁・にんじん・玉ねぎ・ﾏｯｼﾞｰﾙﾑ・きゅうり・ｷﾞﾝﾌﾞﾙ汁・しいたけ・こまつな・ｺﾞﾌﾞ |
| 25 水 | チーズﾊﾞﾝ ﾎｰﾙｰﾝｽﾞ ｸﾞﾙｰﾝサラダ 421kcal | ｽﾁｰﾙﾊﾞﾝ ﾎｰﾙｰﾝｽﾞ ｸﾞﾙｰﾝサラダ 437kcal | ﾊﾞﾝｽﾞ粥 ﾎｰﾙｰﾝｽﾞ ｸﾞﾙｰﾝサラダ 383kcal | 豚もも肉・チーズﾊﾞﾝ・米ぬか油・じゃがいも・薄力粉・にんにく・玉ねぎ・にんじん・ﾏｯｼﾞｰﾙﾑ・ｷﾞﾝﾌﾞﾙ汁・きゅうり・みかん缶詰・りんご缶詰・ﾊﾞﾝﾌﾞﾙ汁 |
| 26 木 | ごはん 鯖の香り焼き 梅肉和え かぼちゃの甘煮 かき玉汁 441kcal | 軟飯 鯖団子の香りソｽあんかけ 梅肉和え かぼちゃの甘煮 かき玉汁 447kcal | おかゆ 鯖肉入り香りソｽあんかけ 梅肉和え かぼちゃの甘煮 かき玉汁 413kcal | さば・たまご・米・米ぬか油・三温糖・じゃがいもでん粉・玉ねぎ・きゅうり・もやし・えのきたけ・梅干し・かぼちゃ・ねぎ |
| 27 金 | ごはん ﾎﾝﾊﾞｰｸﾞ ﾏｯｼﾞｰﾙﾑｽｰﾌﾟ ﾌﾞﾗｯﾄﾞｰﾝｽﾞ 野菜ｽｰﾌﾟ 432kcal | 軟飯 ﾎﾝﾊﾞｰｸﾞ ﾏｯｼﾞｰﾙﾑｽｰﾌﾟ ﾌﾞﾗｯﾄﾞｰﾝｽﾞ 野菜ｽｰﾌﾟ 392kcal | おかゆ 豚肉入りﾌﾞﾗｯﾄﾞｰﾝｽﾞ 野菜ｽｰﾌﾟ 309kcal | 豚ひき肉・鶏ひき肉・牛乳・生ｸﾘｰﾑ・米・米ぬか油・ﾊﾞﾝｽﾞ粉・バター・三温糖・薄力粉・玉ねぎ・ﾏｯｼﾞｰﾙﾑ・ﾌﾞﾗｯﾄﾞｰﾝｽﾞ・ｷﾞﾝﾌﾞﾙ汁・にんじん・しいたけ |
| 30 月 | ごはん 肉じゃが えのきたけ 味噌汁 413kcal | 軟飯 肉じゃが えのきたけ 味噌汁 396kcal | おかゆ 肉じゃが えのきたけ 味噌汁 341kcal | 豚もも肉・わかめ・みそ・米・米ぬか油・じゃがいも・三温糖・にんじん・玉ねぎ・さやいんげん・ｷﾞﾝﾌﾞﾙ汁・こまつな・えのきたけ・だいこん |

◎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。

