



# 令和6年度 12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	使用する主な食材名
2月	ごはん ハンバーグ 照り焼きソース からし和え 味噌汁 414kcal	軟飯 ハンバーグ 照り焼きソース からし和え 味噌汁 367kcal	おかゆ 豚肉×照り焼きソース からし和え 味噌汁 293kcal	鶏ひき肉・豚ひき肉・牛乳・豆腐・わかめ・みそ・米・米ぬか油・パン粉・三温糖・じゃがいもでん粉・玉ねぎ・こまつな・にんじん・はくさい・ねぎ
3日	スパゲティボリタ ルンザサダ 卵スープ 415kcal	スパゲティボリタ ルンザサダ 卵スープ 370kcal	冷麦 バンジツリストマトソース ルンザサダ 卵スープ 333kcal	ム・バンジツ・たまご・スパゲティ・米ぬか油・三温糖・じゃがいもでん粉・にんにく・玉ねぎ・しめじ・ピーマン・マッシュルーム・トマト缶詰・キャベツ・きゅうり・にんじん・えのきたけ・ねぎ
4日	ごはん 中華うま煮 大根のナム わかめスープ 409kcal	軟飯 中華うま煮 大根のナム わかめスープ 357kcal	おかゆ 豚肉×中華あんかけ 大根のナム わかめスープ 336kcal	豚もも肉・いか・わかめ・バンジツ・米・米ぬか油・じゃがいもでん粉・三温糖・ごま油・ごま・にんにく・しょうが・にんじん・玉ねぎ・はくさい・にら・だいこん・ねぎ
5日	ごはん 鯖の漬け焼き大根ソース ゆかり和え 吉野汁 ぶどうゼリー 410kcal	軟飯 鯖団子の大き根ソース ゆかり和え 吉野汁 ぶどうゼリー 395kcal	おかゆ 鯖肉×大根ソース ゆかり和え 吉野汁 ぶどうゼリー 375kcal	さば・油揚げ・粉寒天・米・じゃがいも・じゃがいもでん粉・上白糖・だいこん・しょうが・りんご果汁・キャベツ・きゅうり・もやし・赤しそ粉・にんじん・ぶどうジュース
6日	ごはん 鶏肉のBBQソース ごま和え じゃが芋とバンジツのスープ 428kcal	軟飯 鶏団子のBBQソース ごま和え じゃが芋とバンジツのスープ 360kcal	おかゆ 鶏肉×BBQソース ごま和え じゃが芋とバンジツのスープ 318kcal	鶏もも肉・バンジツ・米・米ぬか油・薄力粉・三温糖・ごま・練りごま・じゃがいも・ねぎ・しょうが・にんにく・こまつな・だいこん・にんじん・玉ねぎ
9日	ごはん 豚肉のすき焼き煮 えのきたけ和え 生姜汁 425kcal	軟飯 豚団子のすき焼き煮 えのきたけ和え 生姜汁 398kcal	おかゆ 豚肉×すき焼き煮 えのきたけ和え 生姜汁 349kcal	豚もも肉・豆腐・米・米ぬか油・じゃがいも・春雨・三温糖・にんじん・はくさい・キャベツ・こまつな・えのきたけ・だいこん・しょうが
10日	ジャパボリタ 三色サラダ 野菜スープ ヨーグルトゼリー 443kcal	ジャパボリタ 三色サラダ 野菜スープ ヨーグルトゼリー 406kcal	トマトリット バンジツリストマトソース 三色サラダ 野菜スープ ヨーグルトゼリー 360kcal	バンジツ・ウイナー・鶏もも肉・牛乳・ヨーグルト・カット寒天・米・米ぬか油・三温糖・上白糖・トマトジュース・にんにく・セリ・玉ねぎ・トマト缶詰・ピーマン・もやし・にんじん・こまつな・キャベツ・えのきたけ・ブルーベリーゼリー
11日	ごはん 鶏肉の味噌燗焼き しつじょう油和え 豆乳汁 421kcal	軟飯 鶏団子の味噌燗蒸し しつじょう油和え 豆乳汁 377kcal	おかゆ 鶏肉×味噌燗蒸し しつじょう油和え 豆乳汁 330kcal	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・ねぎ・もやし・キャベツ・にんじん・りんご果汁・だいこん
12日	カレーライス カレーライス 青菜ときのこのスープ 447kcal	カレーライス カレーライス 青菜ときのこのスープ 431kcal	おかゆ 豚肉×カレーライス カレーライス 青菜ときのこのスープ 398kcal	豚もも肉・バンジツ・米・米ぬか油・じゃがいも・三温糖・はちみつ・バター・薄力粉・しょうが・にんにく・玉ねぎ・にんじん・キャベツ・きゅうり・みかん缶詰・りんご缶詰・バナナ缶詰・えのきたけ・こまつな
13日	ひじきごはん 厚焼き卵 おかか和え のっぺい汁 446kcal	ひじき軟飯 厚蒸し卵 おかか和え のっぺい汁 375kcal	ひじき粥 厚蒸し卵 おかか和え のっぺい汁 345kcal	ひじき・油揚げ・鶏もも肉・鶏ひき肉・たまご・かつお節・米・米ぬか油・上白糖・じゃがいも・じゃがいもでん粉・にんじん・ねぎ・だいこん・きゅうり・しめじ・ごぼう
16日	ブルギ丼 わかめサラダ かぶと青菜のスープ 391kcal	ブルギ丼 わかめサラダ かぶと青菜のスープ 336kcal	おかゆ 豚肉×ブルギライス わかめサラダ かぶと青菜のスープ 291kcal	豚もも肉・わかめ・米・米ぬか油・三温糖・ごま油・玉ねぎ・にんじん・もやし・しょうが・にんにく・にら・きゅうり・キャベツ・かぶ・えのきたけ・こまつな
17日	鶏ごぼうごはん 鯖の利休焼き 梅肉和え 味噌汁 412kcal	鶏ごぼう軟飯 鯖団子の練りごまあん 梅肉和え 味噌汁 401kcal	鶏ごぼう粥 鯖肉×練りごまあん 梅肉和え 味噌汁 364kcal	鶏ひき肉・さわか・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・えのきたけ・梅干し・玉ねぎ・こまつな
18日	ミルクパ トマトソース しらすサラダ 390kcal	ミルクパ トマトソース しらすサラダ 407kcal	パン粥 トマトソース しらすサラダ 377kcal	豚もも肉・しらす干し・わかめ・ミルクパ・米ぬか油・じゃがいも・薄力粉・三温糖・にんにく・しょうが・セリ・玉ねぎ・にんじん・トマト缶詰・りんご果汁・キャベツ・だいこん
19日	ごはん 麻婆豆腐 中華和え 白菜スープ 416kcal	軟飯 麻婆豆腐 中華和え 白菜スープ 389kcal	おかゆ 麻婆豆腐 中華和え 白菜スープ 331kcal	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・にら・もやし・きゅうり・はくさい・セリ
20日	～冬至献立～ ごはん 鶏肉の幽庵焼き 三色お浸し かぼちゃの甘煮 すまし汁 399kcal	～冬至献立～ 軟飯 鶏団子のゆずあんかけ 三色お浸し かぼちゃの甘煮 すまし汁 383kcal	～冬至献立～ おかゆ 鶏肉×ゆずあんかけ 三色お浸し かぼちゃの甘煮 すまし汁 314kcal	鶏もも肉・かまぼこ・米・米ぬか油・じゃがいもでん粉・三温糖・ゆず果汁・キャベツ・にんじん・こまつな・かぼちゃ・ねぎ
23日	親子丼 ツナ和え 味噌汁 466kcal	親子丼 ツナ和え 味噌汁 451cal	おかゆ 鶏肉×醤油あんかけ ツナ和え 味噌汁 394kcal	鶏もも肉・たまご・ツナ・みそ・米・米ぬか油・三温糖・じゃがいもでん粉・しいたけ・にんじん・玉ねぎ・ねぎ・キャベツ・だいこん・えのきたけ
24日	～クリスマス献立～ ごはん ミートロフ ブロッコリーサラダ ジャコビソース パンコみそソース 470kcal	～クリスマス献立～ ごはん ミートロフ ブロッコリーサラダ ジャコビソース パンコみそソース 443kcal	～クリスマス献立～ おかゆ ミートロフ ブロッコリーサラダ ジャコビソース パンコみそソース 335kcal	豚ひき肉・牛乳・チーズ・カット寒天・米・米ぬか油・パン粉・三温糖・上白糖・玉ねぎ・ブロッコリー・キャベツ・きゅうり・にんじん・セリ・いちごゼリー
25日	キャベツと大根のサラダ キャベツと大根のサラダ ミートロフ 415kcal	キャベツと大根のサラダ キャベツと大根のサラダ ミートロフ 383kcal	おかゆ バンジツリストマトソース キャベツと大根のサラダ ミートロフ 356kcal	バンジツ・鶏もも肉・米・米ぬか油・上白糖・じゃがいも・玉ねぎ・マッシュルーム・キャベツ・だいこん・きゅうり・にんじん・トマト缶詰

◎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。

◎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。

◎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。

◎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。

