

# 令和6年度 1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
8 水	ハツライス ブロッコリーサラダ かぶのスープ 434kcal	ハツライス ブロッコリーサラダ かぶのスープ 424kcal	おかゆ 豚テリヌハツライスソース ブロッコリーサラダ かぶのスープ 370kcal	豚もも肉・生クリーム・米・米ぬか油・三温糖・バター・薄力粉・玉ねぎ・マツタケ・トマト缶詰・ブロッコリー・キャベツ・きゅうり・かぶ・にんじん
9 木	～正月献立～ しらすゆかりごはん 松風焼き 紅白なます すまし汁 415kcal	～正月献立～ しらすゆかり軟飯 松風蒸し 紅白なます すまし汁 371kcal	～正月献立～ しらすゆかり粥 松風蒸し 紅白なます すまし汁 301kcal	しらす干し・鶏ひき肉・みそ・たまご・かまぼこ・米・パン粉・三温糖・練りごま・じゃがいもでん粉・米ぬか油・ねぎ・しょうが・だいこん・にんじん・ゆず果汁・こまつな・赤しそ粉
10 金	ごはん 鯖の味噌焼き からし和え じゃがいもの香味揚げ 生姜汁 403kcal	軟飯 鯖団子の味噌あんかけ からし和え じゃがいもの香味蒸し 生姜汁 372kcal	おかゆ 鯖テリヌ味噌あんかけ からし和え マツタケ ト 生姜汁 354kcal	さわら・みそ・米・三温糖・じゃがいも・米ぬか油・こまつな・にんじん・キャベツ・にんにく・だいこん・しょうが・パセリ
14 火	ごはん ハンバーグ マッシュルームソース 大根のサラダ 野菜スープ 419kcal	軟飯 ハンバーグ マッシュルームソース 大根のサラダ 野菜スープ 382kcal	おかゆ 豚テリヌマッシュルームソース 大根のサラダ 野菜スープ 302kcal	豚ひき肉・鶏ひき肉・牛乳・生クリーム・米・米ぬか油・パン粉・バター・三温糖・薄力粉・玉ねぎ・マッシュルーム・だいこん・にんじん・こまつな・キャベツ・えのきたけ
15 水	～小正月献立～ あずきごはん 鯖の香り焼き 三色お浸し 味噌汁 413kcal	～小正月献立～ あずき軟飯 鯖団子の香りソースあんかけ 三色お浸し 味噌汁 413kcal	～小正月献立～ あずき粥 鯖テリヌ香りソースあんかけ 三色お浸し 味噌汁 375kcal	あずき・さば・油揚げ・みそ・米・米ぬか油・玉ねぎ・キャベツ・にんじん・こまつな・ねぎ
16 木	ミルクパン ポトフ わかめサラダ 白ごま牛乳ゼリー 412kcal	スープ ポトフ わかめサラダ 白ごま牛乳ゼリー 417kcal	パン粥 ポトフ わかめサラダ 白ごま牛乳ゼリー 382kcal	鶏もも肉・バナナ・ウイダー・わかめ・牛乳・カット寒天・ミルクパン・じゃがいも・ごま油・練りごま・三温糖・にんじん・キャベツ・玉ねぎ・切り・きゅうり
17 金	ごはん 五目卵焼きあんかけ ゆかり和え けんちん汁 394kcal	軟飯 五目卵蒸しあんかけ ゆかり和え けんちん汁 364kcal	おかゆ 五目卵蒸しあんかけ ゆかり和え けんちん汁 336kcal	たまご・鶏ひき肉・豆腐・米・ごま油・三温糖・じゃがいもでん粉・米ぬか油・じゃがいも・にんじん・ほうれんそう・キャベツ・きゅうり・もやし・だいこん・ごぼう・ねぎ・赤しそ粉
20 月	ごはん 生揚げと豚肉の味噌炒め 三色ナムル 中華スープ 426kcal	軟飯 豆腐と豚団子の味噌炒め 三色ナムル 中華スープ 388kcal	おかゆ 豆腐と豚テリヌの味噌あんかけ 三色ナムル 中華スープ 339kcal	豚もも肉・生揚げ・みそ・米・米ぬか油・三温糖・ごま油・じゃがいもでん粉・ごま・練りごま・ピーマン・キャベツ・にんじん・にんにく・しょうが・ねぎ・だいこん・こまつな・えのきたけ
21 火	～小学部6年 リスト献立～ ごはん 鶏のから揚げ フソサラダ 野菜椀 コッペリ 450kcal	～小学部6年 リスト献立～ 軟飯 鶏団子の揚げ衣ソース フソサラダ 野菜椀 コッペリ 380kcal	～小学部6年 リスト献立～ おかゆ 鶏テリヌ揚げ衣ソース フソサラダ 野菜椀 コッペリ 338kcal	鶏もも肉・カット寒天・牛乳・生クリーム・米・じゃがいもでん粉・米ぬか油・三温糖・上白糖・ココア・しょうが・にんにく・キャベツ・きゅうり・にんじん・だいこん・えのきたけ・ねぎ
22 水	ごはん 鶏肉の照り焼き レソ醤油和え ひじきの五目炒り煮 味噌汁 425kcal	軟飯 鶏団子の照り焼きあんかけ レソ醤油和え ひじきの五目炒り煮 味噌汁 360kcal	おかゆ 鶏テリヌ照り焼きあんかけ レソ醤油和え ひじきの五目炒り煮 味噌汁 308kcal	鶏もも肉・ひじき・大豆・油揚げ・みそ・米・米ぬか油・三温糖・薄力粉・じゃがいもでん粉・しょうが・もやし・キャベツ・にんじん・こまつな・レソ果汁・さやいんげん・玉ねぎ
23 木	ごはん 肉どうふ えのき和え すまし汁 409kcal	軟飯 肉どうふ えのき和え すまし汁 381kcal	おかゆ 肉どうふ えのき和え すまし汁 335kcal	豆腐・豚もも肉・米・春雨・三温糖・にんじん・玉ねぎ・ねぎ・こまつな・キャベツ・えのきたけ・しいたけ
24 金	～学校給食週間～ カレーライス キャベツと大根のサラダ トマトと卵のスープ 455kcal	～学校給食週間～ カレーライス キャベツと大根のサラダ トマトと卵のスープ 446kcal	～学校給食週間～ おかゆ 豚テリヌカレーライス キャベツと大根のサラダ トマトと卵のスープ 375kcal	豚もも肉・たまご・米・米ぬか油・じゃがいも・三温糖・はちみつ・バター・薄力粉・上白糖・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・だいこん・きゅうり・切り・トマト缶詰
27 月	豚丼 お浸し かき玉汁 あしたば寒天 469kcal	豚団子丼 お浸し かき玉汁 あしたば寒天 440kcal	おかゆ 豚テリヌ醤油あんかけ お浸し かき玉汁 あしたば寒天 385kcal	豚もも肉・たまご・カット寒天・牛乳・生クリーム・米・米ぬか油・春雨・三温糖・じゃがいもでん粉・上白糖・にんじん・玉ねぎ・ねぎ・はくさい・こまつな・あしたば粉
28 火	スパゲティミートソース フルサラダ コソムスープ 461kcal	スパゲティミートソース フルサラダ コソムスープ 401kcal	冷麦 豚テリヌミートソース フルサラダ コソムスープ 359kcal	豚ひき肉・チーズ・バナナ・スパゲティ・米ぬか油・薄力粉・にんにく・しょうが・にんじん・玉ねぎ・切り・マッシュルーム・キャベツ・きゅうり・みかん缶詰・りんご缶詰・パン缶詰
29 水	五目チャーハン ツツラガ 豆腐スープ 403kcal	五目チャーハン ツツラガ 豆腐スープ 406kcal	おかゆ 八テリヌねぎ醤油あんかけ ツツラガ 豆腐スープ 371kcal	ム・たまご・ツ・豆腐・米・米ぬか油・ごま油・玉ねぎ・ねぎ・ピーマン・しいたけ・きゅうり・キャベツ・えのきたけ・こまつな
30 木	ごはん のりの佃煮 鯖の生姜焼き ごま和え 味噌汁 400kcal	軟飯 のりの佃煮 鯖団子の生姜あんかけ ごま和え 味噌汁 382kcal	おかゆ のりの佃煮 鯖テリヌ生姜あんかけ ごま和え 味噌汁 364kcal	のり・さわら・みそ・米・三温糖・じゃがいもでん粉・ごま・練りごま・じゃがいも・しょうが・こまつな・だいこん・にんじん・玉ねぎ
31 金	わかめごはん 鶏肉の和風パフ粉焼き おかか和え 吉野汁 401kcal	わかめ軟飯 鶏団子の和風あんかけ おかか和え 吉野汁 352kcal	わかめ粥 鶏テリヌ和風あんかけ おかか和え 吉野汁 299kcal	わかめ・鶏もも肉・かつお節・油揚げ・米・米ぬか油・パン粉・じゃがいも・じゃがいもでん粉・しょうが・にんにく・ねぎ・だいこん・キャベツ・しめじ・にんじん

◎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。

◎栄養価は、幼稚園・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、かつお厚切り、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。

