



令和7年度 10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	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 木	ごはん 麻婆豆腐 中華和え キャベツスー 415kcal	軟飯 麻婆豆腐 中華和え キャベツスー 389kcal	おかゆ 麻婆豆腐 中華和え キャベツスー 351kcal	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・キャベツ・セリ
3 金	ごはん 鶏肉のBBQソース 大根のサゲ 卵スー 梨 420kcal	軟飯 鶏団子のBBQソース 大根のサゲ 卵スー 梨のコンポート 385kcal	おかゆ 鶏肉のBBQソース 大根のサゲ 卵スー 梨のコンポート 339kcal	鶏もも肉・たまご・米・米ぬか油・薄力粉・三温糖・じゃがいもでん粉・ねぎ・しょうが・にんにく・だいこん・にんじん・ごまつな・しいたけ・玉ねぎ・こねぎ・梨
6 月	～十五夜献立～ ごはん 鯖の磯辺焼き からし和え けんちん汁 お月見ゼリー 449kcal	～十五夜献立～ 軟飯 鯖団子ののりあんかけ からし和え けんちん汁 お月見ゼリー 446kcal	～十五夜献立～ おかゆ 鯖肉ののりあんかけ からし和え けんちん汁 お月見ゼリー 408kcal	さば・青のり・油揚げ・かまぼこ・牛乳・生クリーム・粉寒天・米・さといも・ごま油・上白糖・ごまつな・にんじん・キャベツ・だいこん・ごぼう・ねぎ・黄桃缶詰
7 火	カレーうどん 練りごま和え さつま芋の甘煮 416kcal	カレーうどん 練りごま和え さつま芋の甘煮 426kcal	冷麦 鶏肉のあんかけ 練りごま和え さつま芋の甘煮 350kcal	油揚げ・鶏もも肉・うどん・米ぬか油・じゃがいもでん粉・ごま・三温糖・さつまいも・上白糖・にんにく・しょうが・玉ねぎ・にんじん・えのきたけ・ねぎ・キャベツ・だいこん・りんご果汁
8 水	丼物 ツナサラダ 豆腐スー 397kcal	丼物 ツナサラダ 豆腐スー 383kcal	おかゆ 丼物 ツナサラダ 豆腐スー 335kcal	丼・鶏もも肉・ツナ・豆腐・米・米ぬか油・玉ねぎ・にんじん・マツタケ・きゅうり・キャベツ・ごまつな・ねぎ
9 木	しらすゆかりごはん 五目卵焼きあんかけ れいし醤油和え 味噌汁 409kcal	しらすゆかり軟飯 五目卵焼きあんかけ れいし醤油和え 味噌汁 371kcal	しらすゆかり粥 五目卵焼きあんかけ れいし醤油和え 味噌汁 344kcal	しらす干し・たまご・鶏ひき肉・油揚げ・みそ・米・ごま油・三温糖・じゃがいもでん粉・にんじん・ほうれんそう・もやし・キャベツ・ごまつな・りんご果汁・ねぎ・赤しそ粉
10 金	ごはん 鶏肉のトマトソースかけ ルンザサラダ ジャガイモとベーコンのスー 390kcal	軟飯 鶏団子のトマトソースかけ ルンザサラダ ジャガイモとベーコンのスー 371kcal	おかゆ 鶏肉のトマトソースかけ ルンザサラダ ジャガイモとベーコンのスー 310kcal	鶏もも肉・ベーコン・米・薄力粉・米ぬか油・三温糖・じゃがいも・にんにく・玉ねぎ・マツタケ・トマト缶詰・キャベツ・きゅうり・にんじん・ごまつな
14 火	五目チャーハン 春雨サラダ 豆腐と青菜のスー キャロットゼリー 406kcal	五目チャーハン 春雨サラダ 豆腐と青菜のスー キャロットゼリー 399kcal	おかゆ 五目チャーハン 春雨サラダ 豆腐と青菜のスー キャロットゼリー 365kcal	五目・たまご・豆腐・かつお節・米・米ぬか油・春雨・ごま油・三温糖・ごま・上白糖・玉ねぎ・ねぎ・ピーマン・しいたけ・もやし・きゅうり・ごまつな・にんじん・カブ・ジュース
15 水	まいだけごはん 鯖の利休焼き ゆかり和え のっぺい汁 404kcal	まいだけ軟飯 鯖団子の練りごまあん ゆかり和え のっぺい汁 396kcal	まいだけ粥 鯖肉の練りごまあん ゆかり和え のっぺい汁 355kcal	油揚げ・さくら・鶏もも肉・米・三温糖・ごま・米ぬか油・さといも・じゃがいもでん粉・まいだけ・にんじん・しょうが・キャベツ・きゅうり・もやし・ごぼう・だいこん・こねぎ・赤しそ粉
16 木	ごはん 鶏団子と野菜の煮物 えのきたけ 味噌汁 421kcal	軟飯 鶏団子と野菜の煮物 えのきたけ 味噌汁 386kcal	おかゆ 鶏団子と野菜の煮物 えのきたけ 味噌汁 337kcal	鶏ひき肉・豆腐・わかめ・みそ・米・パプリカ・さといも・三温糖・しょうが・にんじん・だいこん・さやいんげん・キャベツ・ごまつな・えのきたけ・ねぎ
17 金	ミルクパニ ホーケツチ 三色サラダ ミルクパニソース添え 452kcal	ミルクパニ ホーケツチ 三色サラダ ミルクパニソース添え 500kcal	パニ粥 ホーケツチ 三色サラダ ミルクパニソース添え 474kcal	豚もも肉・牛乳・生クリーム・かつお節・ミルクパニ・米ぬか油・じゃがいも・薄力粉・三温糖・上白糖・にんにく・玉ねぎ・にんじん・マツタケ・もやし・ごまつな・いちごジュース
20 月	ごはん ぎせい豆腐あんかけ 梅肉和え 味噌汁 415kcal	軟飯 ぎせい豆腐あんかけ 梅肉和え 味噌汁 378kcal	おかゆ ぎせい豆腐あんかけ 梅肉和え 味噌汁 315kcal	豆腐・鶏ひき肉・たまご・みそ・米・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・きゅうり・もやし・えのきたけ・梅干し・玉ねぎ
21 火	豚丼 お浸し 生姜汁 和えゼリー 423kcal	豚団子丼 お浸し 生姜汁 和えゼリー 399kcal	おかゆ 豚肉のあんかけ お浸し 生姜汁 和えゼリー 350kcal	豚もも肉・粉寒天・乳酸菌飲料・米・米ぬか油・春雨・三温糖・上白糖・にんじん・玉ねぎ・ねぎ・はくさい・ごまつな・だいこん・しょうが・みかん缶詰
22 水	スパゲティミートソース フルツナサラダ きこのスー 463kcal	スパゲティミートソース フルツナサラダ きこのスー 404kcal	冷麦 豚肉のミートソース フルツナサラダ きこのスー 357kcal	豚ひき肉・チーズ・ベーコン・スパゲティ・米ぬか油・薄力粉・バター・にんにく・しょうが・にんじん・玉ねぎ・セリ・マツタケ・キャベツ・きゅうり・みかん缶詰・りんご缶詰・パイ缶詰・えのきたけ
23 木	さつま芋ごはん 鮭の紅葉焼き おかか和え 吉野汁 437kcal	さつま芋軟飯 鮭団子の紅葉ソース おかか和え 吉野汁 428kcal	さつま芋粥 鮭肉の紅葉ソース おかか和え 吉野汁 379kcal	さけ・かつお節・油揚げ・米・さつまいも・ごま・米ぬか油・マヨネーズ・さといも・じゃがいもでん粉・にんじん・だいこん・きゅうり・しめじ・しいたけ・しょうが
24 金	ごはん ミートローフ キャベツと大根のサゲ 野菜スー 428kcal	軟飯 ミートローフ キャベツと大根のサゲ 野菜スー 404kcal	おかゆ ミートローフ キャベツと大根のサゲ 野菜スー 332kcal	豚ひき肉・牛乳・チーズ・米・米ぬか油・パプリカ・上白糖・玉ねぎ・キャベツ・だいこん・きゅうり・はくさい・にんじん
27 月	ごはん 豚肉のすき焼き煮 酢味噌和え かき玉汁 450kcal	軟飯 豚団子のすき焼き煮 酢味噌和え かき玉汁 414kcal	おかゆ 豚肉のすき焼き煮 酢味噌和え かき玉汁 364kcal	豚もも肉・豆腐・わかめ・みそ・たまご・米・米ぬか油・じゃがいも・春雨・三温糖・じゃがいもでん粉・にんじん・はくさい・ねぎ・きゅうり・キャベツ
28 火	ミルクパニ 鶏肉と野菜の和えサラダ しらすサラダ 440kcal	ミルクパニ 鶏団子と野菜の和えサラダ しらすサラダ 476kcal	パニ粥 鶏肉と野菜の和えサラダ しらすサラダ 466kcal	鶏もも肉・牛乳・生クリーム・しらす干し・わかめ・ミルクパニ・米ぬか油・じゃがいも・バター・薄力粉・三温糖・玉ねぎ・にんじん・セリ・マツタケ・パプリカ・りんご果汁・きゅうり・だいこん
29 水	ごはん 鯖の加焼 ごま和え ひじきの五目炒り煮 味噌汁 434kcal	軟飯 鯖団子の加焼あんかけ ごま和え ひじきの五目炒り煮 味噌汁 411kcal	おかゆ 鯖肉の加焼あんかけ ごま和え ひじきの五目炒り煮 味噌汁 361kcal	さば・ひじき・大豆・油揚げ・みそ・米・上白糖・ごま・三温糖・米ぬか油・ごまつな・だいこん・にんじん・さやいんげん・キャベツ・えのきたけ
30 木	中華丼 わかめサラダ 中華ソーススー 389kcal	中華丼 わかめサラダ 中華ソーススー 369kcal	おかゆ 中華丼 わかめサラダ 中華ソーススー 314kcal	豚もも肉・いか・わかめ・たまご・米・米ぬか油・じゃがいもでん粉・三温糖・ごま油・にんにく・しょうが・にんじん・はくさい・にら・きゅうり・玉ねぎ・キャベツ・とうもろこし
31 金	～ハロウィン献立～ ガーリックライス ブロッコリーサラダ ミネストローネ パンツキムス 457kcal	～ハロウィン献立～ ガーリックライス ブロッコリーサラダ ミネストローネ パンツキムス 426kcal	～ハロウィン献立～ おかゆ ガーリックライス ブロッコリーサラダ ミネストローネ パンツキムス 375kcal	鶏もも肉・ベーコン・かつお節・粉寒天・牛乳・生クリーム・米・米ぬか油・三温糖・じゃがいも・上白糖・ごまつな・だいこん・にんじん・マツタケ・パプリカ・キャベツ・きゅうり・トマト缶詰・かぼちゃ

◎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。

