



# 令和7年度 11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 ～十三夜献立～	後期食 献立名 ～十三夜献立～	中・初期食 献立名 ～十三夜献立～	使用する主な食材名
4 火	栗ごはん 鮭のしそ味噌焼き ごぼうサラダ 味噌汁 411kcal	栗軟飯 鮭団子のしそ味噌あんかけ ごぼうサラダ 味噌汁 379kcal	栗粥 鮭押ししそ味噌あんかけ ごぼうサラダ 味噌汁 364kcal	さけ・みそ・油揚げ・米・くり・三温糖・マヨネーズ・ごま・しそ葉・にんじん・キャベツ・ごぼう・ねぎ
5 水	麻婆丼 中華和え 卵スープ 421kcal	麻婆丼 中華和え 卵スープ 403kcal	おかゆ 豚押し豆腐添え麻婆ソース 中華和え 卵スープ 361kcal	豚ひき肉・豆腐・みそ・たまご・米・米ぬか油・三温糖・じゃがいもでん粉・ごま油・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・玉ねぎ・こねぎ
6 木	ミルクパスタ トマトソース キャベツと大根のサラダ バンジョウ菜のナムル添え 430kcal	ミルクパスタ トマトソース キャベツと大根のサラダ バンジョウ菜のナムル添え 474kcal	ミルク粥 トマトソース キャベツと大根のサラダ バンジョウ菜のナムル添え 468kcal	豚もも肉・ウチワ寒天・牛乳・ミルク・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・だいこん・きゅうり・いちご・バナナ
7 金	ごはん 鶏肉の照り焼き しらすサラダ 味噌汁 407kcal	軟飯 鶏団子の照り焼きあんかけ しらすサラダ 味噌汁 351kcal	おかゆ 鶏押し照り焼きあんかけ しらすサラダ 味噌汁 308kcal	鶏もも肉・しらす干し・わかめ・みそ・米・米ぬか油・三温糖・薄力粉・じゃがいもでん粉・じゃがいも・しょうが・りんごジュース・きゅうり・だいこん・玉ねぎ
10 月	ごはん 中華うま煮 大根のナムル わかめスープ 398kcal	軟飯 中華うま煮 大根のナムル わかめスープ 356kcal	おかゆ 豚押し中華あんかけ 大根のナムル わかめスープ 325kcal	豚もも肉・いか・わかめ・小麦粉・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
11 火	ごはん 鯖の西京焼き ごま和え 吉野汁 409kcal	軟飯 鯖団子の西京味噌あん ごま和え 吉野汁 406kcal	おかゆ 鯖押し西京味噌あん ごま和え 吉野汁 352kcal	さくら・みそ・油揚げ・米・三温糖・ごま・さといも・じゃがいもでん粉・ごま・だいこん・にんじん・しいたけ・しょうが
12 水	豚肉のあんかけ中華そば わかめサラダ 豆腐スープ ぶどうゼリー 408kcal	豚団子のあんかけ中華そば わかめサラダ 豆腐スープ ぶどうゼリー 394kcal	冷麦 豚押し中華あんかけ わかめサラダ 豆腐スープ ぶどうゼリー 346kcal	豚もも肉・わかめ・豆腐・粉寒天・米ぬか油・ごま油・蒸し中華麺・じゃがいもでん粉・上白糖・にんにく・しょうが・もやし・玉ねぎ・人参・しいたけ・にら・きゅうり・キャベツ・ごま・ねぎ・ぶどうジュース
13 木	パスタライス ブロッコリーサラダ かぶのスープ 434kcal	パスタライス ブロッコリーサラダ かぶのスープ 420kcal	おかゆ 豚押しパスタライス ブロッコリーサラダ かぶのスープ 371kcal	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・マヨネーズ・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
14 金	ごはん 鶏肉の味噌焼き ゆかり和え すまし汁 ミルクパスタ 423kcal	軟飯 鶏団子の味噌あんかけ ゆかり和え すまし汁 ミルクパスタ 383kcal	おかゆ 鶏押し味噌あんかけ ゆかり和え すまし汁 ミルクパスタ 347kcal	鶏もも肉・みそ・牛乳・生クリーム・ウチワ寒天・米・米ぬか油・三温糖・じゃがいもでん粉・上白糖・小麦粉・マヨネーズ・にんにく・キャベツ・きゅうり・もやし・しいたけ・ねぎ・赤しそ粉
17 月	カレーライスのクリームソースかけ フルーゼサラダ ジュリエンスープ 446kcal	カレーライスのクリームソースかけ フルーゼサラダ ジュリエンスープ 428kcal	おかゆ 鶏押しカレーライス フルーゼサラダ ジュリエンスープ 375kcal	鶏もも肉・牛乳・米・米ぬか油・バター・薄力粉・にんじん・玉ねぎ・マヨネーズ・キャベツ・きゅうり・みかん缶詰・パイ缶詰・りんご缶詰・セリ
18 火	ごはん 千草焼きあんかけ からし和え 豚汁 417kcal	軟飯 千草蒸しあんかけ からし和え 豚汁 364kcal	おかゆ 千草蒸しあんかけ からし和え 豚汁 332kcal	たまご・鶏ひき肉・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・ごま・キャベツ・だいこん・ごぼう・ねぎ
19 水	ぶどうパスタ ホーローソース フルゼサラダ 414kcal	ミルクパスタ ホーローソース フルゼサラダ 474kcal	ミルク粥 ホーローソース フルゼサラダ 445kcal	いんげん豆・豚もも肉・小麦粉・ぶどうパスタ・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・キャベツ・きゅうり
20 木	ごはん タンドリーチキン ツナ和え じゃが芋と小麦粉の揚げ物 422kcal	軟飯 鶏団子のタンドリーチキンソース ツナ和え じゃが芋と小麦粉の揚げ物 386kcal	おかゆ 鶏押しタンドリーチキンソース ツナ和え じゃが芋と小麦粉の揚げ物 334kcal	鶏もも肉・ヨーグルト・ツナ・小麦粉・米・三温糖・米ぬか油・じゃがいも・玉ねぎ・にんにく・ほうれんそう・キャベツ・だいこん・にんじん
21 金	ごはん 鯖の薬味焼き 三色お浸し 味噌汁 白ごま牛乳ゼリー 425kcal	軟飯 鯖団子の葱あんかけ 三色お浸し 味噌汁 白ごま牛乳ゼリー 437kcal	おかゆ 鯖押し葱あんかけ 三色お浸し 味噌汁 白ごま牛乳ゼリー 398kcal	さば・みそ・牛乳・ウチワ寒天・米・米ぬか油・三温糖・ごま油・ごま・にんにく・しょうが・ねぎ・キャベツ・にんじん・ごま・だいこん
25 火	パスタライス ツナサラダ 大根の揚げ物 オリーブオイル 416kcal	パスタライス ツナサラダ 大根の揚げ物 オリーブオイル 416kcal	おかゆ 鶏押しパスタライス ツナサラダ 大根の揚げ物 オリーブオイル 358kcal	鶏もも肉・ツナ・粉寒天・米・米ぬか油・上白糖・トマトジュース・にんじん・玉ねぎ・マヨネーズ・きゅうり・キャベツ・だいこん・しいたけ・ほうれんそう・オリーブジュース・みかん缶詰
26 水	カレーライス 三色サラダ コッパースープ 425kcal	カレーライス 三色サラダ コッパースープ 416kcal	おかゆ 豚押しカレーライス 三色サラダ コッパースープ 380kcal	豚もも肉・小麦粉・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・もやし・ごま・キャベツ・セリ
27 木	ごはん 鯖の生姜焼き おかか和え 豆乳汁 415kcal	軟飯 鯖団子の生姜あんかけ おかか和え 豆乳汁 384kcal	おかゆ 鯖押し生姜あんかけ おかか和え 豆乳汁 363kcal	さくら・かつお節・生揚げ・豆乳・みそ・米・三温糖・さつまいも・しょうが・だいこん・きゅうり・ぶなしめじ・にんじん・ねぎ
28 金	大豆ごはん 鶏肉の和風パスタ焼き ベジタブル和え けんちん汁 430kcal	大豆軟飯 鶏団子の和風あんかけ ベジタブル和え けんちん汁 357kcal	大豆粥 鶏押し和風あんかけ ベジタブル和え けんちん汁 316kcal	油揚げ・大豆・鶏もも肉・豆腐・米・米ぬか油・パスタ粉・さといも・ごま油・にんじん・しょうが・にんにく・ねぎ・もやし・キャベツ・ごま・りんごジュース・だいこん・ごぼう

◎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。

