



令和7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	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
1 月	ジャンパヤ ブロッコリーサラダ 野菜スープ 398kcal	ジャンパヤ ブロッコリーサラダ 野菜スープ 350kcal	トマトリゾット ベーコンステーキ ブロッコリーサラダ 野菜スープ 298kcal	ベーコン・ウィンナー・鶏もも肉・米・米ぬか油・三温糖・トマト ジュース・にんにく・セリ・玉ねぎ・トマト缶詰・赤パプリカ・ 青ピーマン・ブロッコリー・キャベツ・きゅうり・はくさい・にんじ ん
2 火	ごはん 鯖の菜味焼き ごま和え のっぺい汁 403kcal	軟飯 鯖団子の葱あんかけ ごま和え のっぺい汁 382kcal	おかゆ 鯖リソース葱あんかけ ごま和え のっぺい汁 352kcal	さわか・鶏もも肉・米・米ぬか油・三温糖・ごま油・ご ま・さといも・じゃがいもでん粉・にんにく・しょう が・ねぎ・こまつな・だいこん・にんじん・ごぼう・こ ねぎ
3 水	ごはん 豆腐ステーキ肉野菜あんかけ わかめサラダ 味噌汁 422kcal	軟飯 豆腐と肉団子の野菜あんかけ わかめサラダ 味噌汁 359kcal	おかゆ 豆腐と鶏リソースの野菜あんかけ わかめサラダ 味噌汁 319kcal	豆腐・鶏ひき肉・わかめ・油揚げ・みそ・米・米ぬか 油・薄力粉・ごま油・じゃがいもでん粉・しいたけ・た けのこ・にんじん・ねぎ・きゅうり・玉ねぎ・キャベツ
4 木	ごはん 鶏肉のトマトソースかけ フルサラダ じゃが芋とベーコンのスープ ミルクリソース添え 453kcal	軟飯 鶏団子のトマトソースかけ フルサラダ じゃが芋とベーコンのスープ ミルクリソース添え 434kcal	おかゆ 鶏リソーストマトソースかけ フルサラダ じゃが芋とベーコンのスープ ミルクリソース添え 373kcal	鶏もも肉・ベーコン・牛乳・生クリーム・加熱寒天・米・薄力 粉・米ぬか油・三温糖・じゃがいも・上白糖・にんに く・玉ねぎ・マッシュルーム・トマト缶詰・キャベツ・きゅうり・にん じん・こまつな・いちご・りんご
5 金	チーズパスタ ポトフ 汁和え 426kcal	ステーキパスタ ポトフ 汁和え 445kcal	パスタ粥 ポトフ 汁和え 423kcal	鶏もも肉・ベーコン・ウィンナー・サ・チーズパスタ・じゃがいも・三 温糖・米ぬか油・にんじん・キャベツ・玉ねぎ・セリ・ほう れんそう・だいこん
8 月	ブルギ丼 ナム 豆腐スープ 和什ゼリー 435kcal	ブルギ丼 ナム 豆腐スープ 和什ゼリー 387kcal	おかゆ 豚リソースナムリソース ナム 豆腐スープ 和什ゼリー 339kcal	豚もも肉・豆腐・粉寒天・乳酸菌飲料・米・米ぬか油・ 三温糖・ごま油・ごま・上白糖・玉ねぎ・にんじん・も やし・しょうが・にんにく・にら・だいこん・こまつ な・ねぎ・みかん缶詰
9 火	スパゲティボロ ツナサラダ かぶと青菜のスープ 422kcal	スパゲティボロ ツナサラダ かぶと青菜のスープ 378kcal	冷麦 ベーコンステーキ ツナサラダ かぶと青菜のスープ 353kcal	スパゲティ・サ・スパゲティ・米ぬか油・にんにく・玉ね ぎ・ぶなしめじ・青ピーマン・マッシュルーム・トマト缶詰・きゅう り・キャベツ・かぶ・えのきたけ・にんじん・こまつな・パ プリカ
10 水	わかめごはん 厚焼き卵 からし和え 味噌汁 401kcal	わかめ軟飯 厚焼き卵 からし和え 味噌汁 352kcal	わかめ粥 厚焼き卵 からし和え 味噌汁 321kcal	わかめ・鶏ひき肉・たまご・みそ・米・ごま・米ぬか 油・上白糖・にんじん・ねぎ・だいこん・こまつな・キャ ベツ・玉ねぎ
11 木	ごはん 鯖の香り焼き レモン醤油和え 豚汁 409kcal	軟飯 鯖団子の香りソースあんかけ レモン醤油和え 豚汁 405kcal	おかゆ 鯖リソース香りソースあんかけ レモン醤油和え 豚汁 377kcal	さば・豚もも肉・油揚げ・みそ・米・米ぬか油・さとい も・玉ねぎ・もやし・キャベツ・にんじん・こまつな・レ モン果汁・だいこん・ごぼう・ねぎ
12 金	ごはん 肉豆腐 しらすずサラダ すまし汁 415kcal	軟飯 肉豆腐 しらすずサラダ すまし汁 386kcal	おかゆ 肉豆腐 しらすずサラダ すまし汁 332kcal	豆腐・豚もも肉・しらすず・わかめ・米・春雨・三温 糖・にんじん・玉ねぎ・ねぎ・こまつな・レモン果汁・きゅ うり・だいこん・しいたけ
15 月	ごはん 回鍋肉 中華和え 青菜ときのこのスープ 421kcal	軟飯 回鍋肉 中華和え 青菜ときのこのスープ 386kcal	おかゆ 回鍋肉 中華和え 青菜ときのこのスープ 319kcal	豚もも肉・みそ・ベーコン・米・米ぬか油・三温糖・ごま 油・ごま・しょうが・青ピーマン・キャベツ・にんじん・玉 ねぎ・もやし・きゅうり・えのきたけ・こまつな
16 火	親子丼 お浸し 味噌汁 419kcal	親子丼 お浸し 味噌汁 408kcal	おかゆ 鶏リソース醤油あんかけ お浸し 味噌汁 352kcal	鶏もも肉・たまご・みそ・米・三温糖・じゃがいもでん 粉・しいたけ・にんじん・玉ねぎ・こねぎ・はくさい・ こまつな・キャベツ・えのきたけ
17 水	ごはん 鮭の漬け焼き大根ソース 酢味噌和え けんちん汁 ヨーグルトゼリー 420kcal	軟飯 鮭団子の焼大根ソース 酢味噌和え けんちん汁 ヨーグルトゼリー 398kcal	おかゆ 鮭リソース大根ソース 酢味噌和え けんちん汁 ヨーグルトゼリー 388kcal	さけ・わかめ・みそ・豆腐・牛乳・ヨーグルト・加熱寒天・ 米・三温糖・米ぬか油・さといも・ごま油・上白糖・だ いこん・ねぎ・しょうが・レモン果汁・きゅうり・キャベツ・ にんじん・ごぼう・ブルーベリー・りんご
18 木	ミルクパスタ ポークチャウ 三色サラダ 389kcal	ミルクパスタ ポークチャウ 三色サラダ 437kcal	パスタ粥 ポークチャウ 三色サラダ 411kcal	豚もも肉・ミルクパスタ・米ぬか油・じゃがいも・薄力粉・三 温糖・にんにく・玉ねぎ・にんじん・マッシュルーム・もやし・ こまつな
19 金	ごはん 鶏肉の味噌あんかけ キャベツと大根のサラダ すまし汁 ぶどうゼリー 440kcal	軟飯 鶏団子の味噌あんかけ キャベツと大根のサラダ すまし汁 ぶどうゼリー 393kcal	おかゆ 鶏リソース味噌あんかけ キャベツと大根のサラダ すまし汁 ぶどうゼリー 349kcal	鶏もも肉・みそ・豆腐・わかめ・粉寒天・米・米ぬ か油・薄力粉・ごま油・三温糖・じゃがいもでん 粉・上白糖・にんにく・梅干し・キャベツ・だいこん・ きゅうり・ねぎ・ぶどうジュース
22 月	～冬至献立～ ごはん 鯖の利休焼き ごぼうサラダ かぼちゃの甘煮 生姜汁 434kcal	～冬至献立～ 軟飯 鯖団子の練りごまあん ごぼうサラダ かぼちゃの甘煮 生姜汁 457kcal	～冬至献立～ おかゆ 鯖リソース練りごまあん ごぼうサラダ かぼちゃの甘煮 生姜汁 408kcal	さわか・みそ・米・三温糖・ごま・マヨネーズ・しょう が・にんじん・キャベツ・ごぼう・かぼちゃ・だいこん
23 火	ごはん ミートロフ 大根のサラダ きこのこのスープ 420kcal	軟飯 ミートロフ 大根のサラダ きこのこのスープ 384kcal	おかゆ ミートロフ 大根のサラダ きこのこのスープ 325kcal	豚ひき肉・牛乳・チーズ・ベーコン・米・米ぬか油・パ ン粉・三温糖・玉ねぎ・だいこん・にんじん・こまつ な・えのきたけ
24 水	～クリスマス献立～ ごはん 鶏肉のBBQソース カラフルサラダ オニオンスープ コッペリ 453kcal	～クリスマス献立～ 軟飯 鶏団子のBBQソース カラフルサラダ オニオンスープ コッペリ 405kcal	～クリスマス献立～ おかゆ 鶏リソースBBQソース カラフルサラダ オニオンスープ コッペリ 354kcal	鶏もも肉・ベーコン・加熱寒天・牛乳・生クリーム・米・米 ぬか油・薄力粉・三温糖・上白糖・ねぎ・しょう が・にんにく・ブロッコリー・だいこん・赤パプリカ・黄パ プリカ・玉ねぎ・にんじん・パプリカ・コッペリ
25 木	ドライカレー フルサラダ トマトと卵のスープ 423kcal	ドライカレー フルサラダ トマトと卵のスープ 383kcal	おかゆ 豚リソースドライカレー フルサラダ トマトと卵のスープ 338kcal	豚ひき肉・鶏ひき肉・たまご・米・米ぬか油・薄力 粉・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・きゅうり・みかん缶詰・りん ご缶詰・パプリカ缶詰・セリ・トマト缶詰・パプリカ

◎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。

