

# 令和7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
9 金	～正月献立～ 鮭ごはん 松風焼き 紅白なます すまし汁 433kcal	～正月献立～ 鮭軟飯 松風蒸し 紅白なます すまし汁 382kcal	～正月献立～ 鮭粥 松風蒸し 紅白なます すまし汁 314kcal	さけ・かまぼこ・鶏ひき肉・みそ・たまご・ 米・パウ粉・三温糖・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・こまつな
13 火	ごはん 麻婆豆腐 サ和え 白菜スープ 461kcal	軟飯 麻婆豆腐 サ和え 白菜スープ 419kcal	おかゆ 麻婆豆腐 サ和え 白菜スープ 380kcal	豚ひき肉・豆腐・みそ・竹・米・米ぬか油・三温糖・ご ま油・じゃがいもでん粉・ににく・しょうが・ねぎ・ にんじん・しいたけ・にら・ほうれんそう・キャベツ・だ いこん・玉ねぎ・はくさい・かぶ
14 水	きつねうどん 練りごま和え さつま芋の甘煮 430kcal	きつねうどん 練りごま和え さつま芋の甘煮 412kcal	冷麦 豚汁-ス醤油あんかけ豆腐添え 練りごま和え さつま芋の甘煮 357kcal	油揚げ・豚もも肉・うどん・三温糖・じゃがい もでん粉・ごま・さつまいも・上白糖・しめ じ・こまつな・ねぎ・キャベツ・にんじん・だいこん・ レモン果汁
15 木	～小正月献立～ あずきごはん 鮭の磯辺焼き 野菜の甘酢和え 味噌汁 401kcal	～小正月献立～ あずき軟飯 鮭団子ののりあんかけ 野菜の甘酢和え 味噌汁 414kcal	～小正月献立～ あずき粥 鮭汁-スのりあんかけ 野菜の甘酢和え 味噌汁 377kcal	あずき・さば・あおのり・わかめ・みそ・米・ ごま・三温糖・ごま油・じゃがいも・もやし・ にんじん・キャベツ・玉ねぎ
16 金	ごはん 鶏肉の照り焼き レモン醤油和え 吉野汁 白ごま牛乳ゼリー 441kcal	軟飯 鶏団子の照り焼きあんかけ レモン醤油和え 吉野汁 白ごま牛乳ゼリー 393kcal	おかゆ 鶏汁-ス照り焼きあんかけ レモン醤油和え 吉野汁 白ごま牛乳ゼリー 335kcal	鶏もも肉・油揚げ・牛乳・カット寒天・米・米ぬ か油・三温糖・薄力粉・じゃがいもでん粉・さ といも・ごま・しょうが・もやし・キャベツ・にん じん・こまつな・レモン果汁・だいこん・しいたけ
19 月	ごはん 豚肉のすき焼き煮 えのき和え 味噌汁 433kcal	軟飯 豚団子のすき焼き煮 えのき和え 味噌汁 400kcal	おかゆ 豚汁-スすき焼き煮 えのき和え 味噌汁 355kcal	豚もも肉・豆腐・みそ・米・米ぬか油・じゃが いも・春雨・三温糖・にんじん・はくさい・ね ぎ・キャベツ・こまつな・えのきたけ・だいこん
20 火	～小学部6年 リエスト献立～ ごはん チーズハバーフ カラシ和え すまし汁 抹茶ブリッキン生クリーム添え 499kcal	～小学部6年 リエスト献立～ 軟飯 チーズハバーフ カラシ和え すまし汁 抹茶ブリッキン生クリーム添え 457kcal	～小学部6年 リエスト献立～ おかゆ チーズハバーフ カラシ和え すまし汁 抹茶ブリッキン生クリーム添え 374kcal	豚ひき肉・牛乳・チーズ・カット寒天・生クリーム・米・米 ぬか油・パウ粉・バター・薄力粉・三温糖・上白糖・玉 ねぎ・マッシュルーム・こまつな・にんじん・キャベツ・ね ぎ・だいこん・抹茶
21 水	ひじきごはん 鮭の香り焼き ゆかり和え 生姜汁 394kcal	ひじき軟飯 鮭団子の香り-スあんかけ ゆかり和え 生姜汁 389kcal	ひじき粥 鮭汁-ス香り-スあんかけ ゆかり和え 生姜汁 350kcal	ひじき・油揚げ・鶏もも肉・さわら・米・米ぬ か油・にんじん・玉ねぎ・キャベツ・きゅうり・も やし・だいこん・しょうが・赤しそ粉
22 木	カレーライス フレンチサラダ 豆腐と青菜のスープ オレソースゼリー 474kcal	カレーライス フレンチサラダ 豆腐と青菜のスープ オレソースゼリー 472kcal	おかゆ 豚汁-スカレー-ス フレンチサラダ 豆腐と青菜のスープ オレソースゼリー 407kcal	豚もも肉・豆腐・粉寒天・米・米ぬか油・じゃがい も・三温糖・はちみつ・バター・薄力粉・ごま油・上 白糖・しょうが・ににく・玉ねぎ・にんじん・キャ ベツ・きゅうり・こまつな・オレソース・みかん缶詰
23 金	ごはん 五目卵焼きあんかけ ゆず和え 豚汁 421kcal	軟飯 五目卵蒸しあんかけ ゆず和え 豚汁 376kcal	おかゆ 五目卵蒸しあんかけ ゆず和え 豚汁 353kcal	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・だいこん・ゆず 果汁・ごぼう・ねぎ
26 月	～学校給食週間・30日まで～ ごはん 鶏肉の味噌焼き ごま和え 切干大根の炒め煮 すまし汁 412kcal	～学校給食週間・30日まで～ 軟飯 鶏団子の味噌あんかけ ごま和え 切干大根の炒め煮 すまし汁 342kcal	～学校給食週間・30日まで～ おかゆ 鶏汁-ス味噌あんかけ ごま和え 切干大根の炒め煮 すまし汁 306kcal	鶏もも肉・みそ・ちくわ・油揚げ・米・米ぬか 油・三温糖・ごま・ごま油・ににく・こまつな・ にんじん・にんじん・切干大根・さやいんげ ん・しいたけ・ねぎ
27 火	ミルクパウチ 鶏肉と野菜のカレーツチュー しらすサラダ 440kcal	スチーブル 鶏団子と野菜のカレーツチュー しらすサラダ 476kcal	パン粥 鶏汁-スと野菜のカレーツチュー 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・米・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・妙リ・マッシュルーム・ブロッコリー・ レモン果汁・きゅうり・だいこん
28 水	中華丼 中華和え 卵スープ 391kcal	中華丼 中華和え 卵スープ 370kcal	おかゆ 豚汁-ス中華あんかけ 中華和え 卵スープ 316kcal	豚もも肉・いか・たまご・米・米ぬか油・じゃ がいもでん粉・三温糖・ごま油・ごま・ににく・ しょうが・にんじん・はくさい・にら・も やし・きゅうり・しいたけ・玉ねぎ・ねぎ
29 木	ごはん 鶏ちゃんこ鍋 わかめサラダ あしたば寒天 462kcal	軟飯 鶏団子ちゃんこ鍋 わかめサラダ あしたば寒天 445kcal	おかゆ 鶏汁-スちゃんこ鍋 わかめサラダ あしたば寒天 336kcal	鶏もも肉・豆腐・鶏ひき肉・たまご・わかめ・カット寒 天・牛乳・生クリーム・米・パウ粉・じゃがいもでん粉・ご ま油・上白糖・にんじん・しめじ・えのきだけ・はくさ い・もやし・ねぎ・こまつな・しょうが・きゅうり・玉 ねぎ・キャベツ・あしたば粉
30 金	ごはん のりの佃煮 鯖の味噌煮 お浸し 野菜椀 422kcal	軟飯 のりの佃煮 鯖団子の味噌煮 お浸し 野菜椀 417kcal	おかゆ のりの佃煮 鯖汁-スの味噌煮 お浸し 野菜椀 372kcal	のり・さば・みそ・米・三温糖・ごぼう・しょ うが・はくさい・にんじん・こまつな・だいこ ん・しいたけ・ねぎ

◎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。

