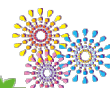




令和8年度 7月給食献立予定表



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
1 水	ひじきご飯 鯖の漬焼き大根ソース ゆかり和え すまし汁 405kcal	ひじき軟飯 鯖団子の大根ソース ゆかり和え すまし汁 369kcal	ひじき粥 鯖カレー大根ソース ゆかり和え すまし汁 368kcal	干しひじき・油揚げ・鶏もも肉・さば・米・米 ぬか油・にんじん・だいこん・しょうが・レモン 汁・キャベツ・きゅうり・もやし・しいたけ・ねぎ
2 木	カレーうどん 練りごま和え かぼちゃの甘煮 402kcal	カレーうどん 練りごま和え かぼちゃの甘煮 409kcal	冷麦 鶏カレーあんかけ 練りごま和え かぼちゃの甘煮 343kcal	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・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・かぼちゃ
3 金	ごはん 肉どうふ わかめサラダ 生姜汁 404kcal	軟飯 肉どうふ わかめサラダ 生姜汁 369kcal	おかゆ 肉どうふ わかめサラダ 生姜汁 332kcal	豆腐・豚もも肉・わかめ・米・春雨・三温糖・ごま油・にんじん・玉ねぎ・ねぎ・こまつな・きゅうり・キャベツ・だいこん・しょうが
6 月	ごはん 麻婆豆腐 三色ナムル 中華スープ 419kcal	軟飯 麻婆豆腐 三色ナムル 中華スープ 382kcal	おかゆ 麻婆豆腐 三色ナムル 中華スープ 355kcal	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・しいたけ・にら・だいこん・こまつな・キャベツ
7 火	～七夕献立～ 鮭寿司 野菜の甘酢和え 七夕汁 七夕ゼリー 437kcal	～七夕献立～ 鮭団子寿司 野菜の甘酢和え 七夕汁 七夕ゼリー 391kcal	～七夕献立～ おかゆ 鮭カレー醤油ソース 野菜の甘酢和え 七夕汁 七夕ゼリー 377kcal	★ 鮭・たまご・かまぼこ・牛乳・粉寒天・米・上白糖・ごま・三温糖・ごま油・冷麦・レモン汁・きゅうり・もやし・にんじん・キャベツ・糸みつば・みかん缶・りんご缶・抹茶
8 水	ごはん 厚焼き卵 レモン醤油和え みそ汁 400kcal	軟飯 厚焼き卵 レモン醤油和え みそ汁 370kcal	おかゆ 厚焼き卵 レモン醤油和え みそ汁 336kcal	鶏ひき肉・たまご・豆腐・わかめ・みそ・米・米ぬか油・上白糖・にんじん・ねぎ・だいこん・もやし・キャベツ・こまつな・レモン汁
9 木	ジャンパイヤ 三色サラダ 野菜スープ メロン 410kcal	ジャンパイヤ 三色サラダ 野菜スープ メロンゼリー 355kcal	トマトリゾット バターコンソメトマトソース 三色サラダ 野菜スープ メロンゼリー 326kcal	バター・ウインナー・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・赤パプリカ・ピーマン・もやし・にんじん・こまつな・キャベツ・えのきたけ・メロン
10 金	ごはん 鯖の生姜焼き からし和え みそ汁 378kcal	軟飯 鯖団子の生姜あんかけ からし和え みそ汁 362kcal	おかゆ 鯖カレー生姜あんかけ からし和え みそ汁 337kcal	さわら・油揚げ・みそ・米・三温糖・しょうが・こまつな・にんじん・キャベツ・なす・もやし
13 月	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き おかか和え けんちん汁 391kcal	軟飯 鮭団子のちゃんちゃん蒸し おかか和え けんちん汁 365kcal	おかゆ 鮭カレーちゃんちゃん蒸し おかか和え けんちん汁 356kcal	鮭・みそ・かつおぶし・豆腐・米・バター・米ぬか油・さといも・ごま油・玉ねぎ・ねぎ・キャベツ・ぶなしめじ・にんじん・だいこん・きゅうり・ごぼう
14 火	ミルクパン トマトシチュー キャベツと大根のサラダ キャロットゼリー 417kcal	スチームパン トマトシチュー キャベツと大根のサラダ キャロットゼリー 453kcal	パン粥 トマトシチュー キャベツと大根のサラダ キャロットゼリー 454kcal	豚もも肉・ウルトラスター・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・セリ・玉ねぎ・にんじん・トマト缶・キャベツ・だいこん・きゅうり・オレンジジュース
15 水	ごはん 鶏肉の和風パン粉焼き ごま和え みそ汁 すいか 421kcal	軟飯 鶏団子の和風あんかけ ごま和え みそ汁 すいかゼリー 370kcal	おかゆ 鶏カレー和風あんかけ ごま和え みそ汁 すいかゼリー 338kcal	鶏もも肉・みそ・米・米ぬか油・パン粉・ごま・三温糖・じゃがいも・しょうが・にんにく・ねぎ・こまつな・だいこん・にんじん・玉ねぎ・すいか
16 木	カレーライス フルーツサラダ コンソメスープ 443kcal	カレーライス フルーツサラダ コンソメスープ 423kcal	おかゆ 豚カレーソース フルーツサラダ コンソメスープ 392kcal	豚もも肉・バター・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・キャベツ・きゅうり・みかん缶・りんご缶・パイ缶・セリ
17 金	親子丼 酢みそ和え 野菜碗 414kcal	親子丼 酢みそ和え 野菜碗 392kcal	おかゆ 鶏カレー醤油あんかけ 酢みそ和え 野菜碗 344kcal	鶏もも肉・たまご・わかめ・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・きゅうり・キャベツ・だいこん・小ねぎ

◎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。

◎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。

◎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。

◎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。

◎裏面に『給食だより』を掲載しています。

