

令和6年度7月 学校給食予定献立表

東京都立町田の丘学園校長
三浦 昭広

*牛乳は毎日つきます。

曜日	献立名	1人1日(kcal)		主な材料名		
		普通	中・初期	力や熱のもとになる	からだをつくる	体の調子を整える
1月	豚肉丼 さつまいものオレンジ煮 沢煮椀	718	550	米、しらたき、小町麩、三温糖、片栗粉、さつまいも、上白糖、菜種油	飲用牛乳、肉	にんじん、玉ねぎ、長ねぎ、糸みつば、レーズン、カリナ濃縮還元ジュース、ごぼう、ほうれん草、えのきたけ、生姜
2火	御飯 魚の薬味焼き きのこの和風サラダ 豚汁、果物(オレンジの予定)	755	608	米、三温糖、ごま油、菜種油、じゃがいも	飲用牛乳、魚(ぶりの予定)、肉、赤みそ、白みそ	にんにく、生姜、長ねぎ、キャベツ、にんじん、玉ねぎ、ふなしめじ、えのきたけ、大根、果物
3水	♪きなこ揚げパン とり肉と大豆のトマト煮 野菜サラダ	667	508	ミルクパン、大豆白絞油、グラニュー糖、じゃがいも、菜種油、三温糖	飲用牛乳、きな粉、大豆、肉	にんにく、玉ねぎ、にんじん、ホールトマト缶、冷凍グリーンピース、キャベツ、きゅうり、大根
4木	御飯 ♪えびと豆腐のチリソース 中華スープ 果物(すいかの予定)	704	535	米、菜種油、三温糖、片栗粉、ごま油	飲用牛乳、肉、むきえび、押し豆腐、絹ごし豆腐	にんにく、生姜、長ねぎ、干し椎茸、にんじん、玉ねぎ、ほうれん草、きくらげ、果物
5金	く七夕献立 ちらし寿司 からし和え たなばた汁	600	441	米、三温糖、菜種油、白ごま、冷麦	飲用牛乳、鶏卵、油揚げ、むきえび、板なしかまぼこ、肉	にんじん、かんぴょう、糸みつば、緑豆もやし、キャベツ、小松菜、オクラ
8月	ジャンバラヤ ごまサラダ チキンと野菜のスープ 果物(オレンジの予定)	603	512	米、菜種油、白ごま、三温糖	飲用牛乳、むきえび、鶏もも肉、カットわかめ	玉ねぎ、赤ピーマン、セロリ、冷凍ホリホリ、冷凍グリーンピース、ホリホリ缶、きゅうり、大根、にんじん、白菜、えのきたけ、果物
9火	御飯 厚揚げと豚肉の味噌炒め 中華風きのこスープ	730	501	米、ごま油、三温糖、片栗粉	飲用牛乳、生揚げ、白みそ、肉	生姜、茹でたけのこ、キャベツ、にんじん、小松菜、干し椎茸、にんにく、えのきたけ、まいたけ、長ねぎ、青梗菜
10水	御飯 魚の七味焼き ひじきの和風和え 味噌汁	726	572	米、菜種油、三温糖、じゃがいも	飲用牛乳、魚(まさばの予定)、油揚げ、ひじき、生わかめ、白みそ、赤みそ	生姜、にんじん、キャベツ、玉ねぎ
11木	ソースやきそば カレーポテト フルーツボンチ	647	493	蒸し中華めん、菜種油、くず粉、じゃがいも、大豆白絞油	飲用牛乳、肉	緑豆もやし、キャベツ、玉ねぎ、にんじん、にら、みかん缶、黄桃缶、りんごダイズ缶
12金	御飯 ♪とり肉のトマトソースがけ ツナとわかめのサラダ ABCスープ	658	514	米、菜種油、三温糖、ABCマカロニ	飲用牛乳、肉、ツナ缶、カットわかめ、無添加ベーコン	にんにく、玉ねぎ、マカロン缶、パセリ、ホリホリ缶、ほうれん草、きゅうり、緑豆もやし、冷凍ホリホリ、セロリ、えのきたけ、にんじん、キャベツ
16火	御飯 八宝豆腐 もやしのごま酢あえ	694	540	米、片栗粉、菜種油、三温糖、ごま油、白ごま	調理用牛乳、肉、木綿豆腐、むきえび	にんじん、茹でたけのこ、玉ねぎ、キャベツ、干し椎茸、生姜、にんにく、冷凍グリーンピース、緑豆もやし、きゅうり
17水	タコライス アース汁 果物(オレンジの予定)	710	535	米、菜種油、三温糖、じゃがいも	飲用牛乳、大豆、肉、プロセスチーズ、あおさ、油揚げ、白みそ、赤みそ	にんにく、玉ねぎ、にんじん、ホールトマト缶、キャベツ、長ねぎ、白菜、果物
18木	夏野菜カレーライス わかめと大根のサラダ 果物(すいかの予定)	666	504	米、菜種油、薄力粉、バター、三温糖、白ごま	飲用牛乳、肉、パルメザンチーズ、カットわかめ	にんにく、生姜、りんご、玉ねぎ、にんじん、なす、ズッキーニ、かぼちゃ、きゅうり、大根、果物

*献立は材料等の都合により変更することがあります。

*♪のついている献立は、児童・生徒や教職員等からのリクエスト給食です。

*エネルギーは知的障害の中・高等部の摂取量です。

(知的障害：小学部(低)0.6・小学部(高)0.8)(肢体不自由：小学部(低)0.5・小学部(高)0.6・中高等部0.8)

*牛乳一本分のエネルギー量138Kcalを引き、それぞれの係数を掛けると摂取量の目安になります。

*主食について…普通食が御飯の場合：後期食→軟飯、初期・中期食→お粥

普通食がパンの場合：後期食→蒸しパン、初期・中期食→パン粥

普通食が麺(スパゲティ・中華麺)の場合：後期食→軟らかスパゲティ・軟らか中華麺、初期・中期食→軟らか冷麦