

令和6年度9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	I補給 - (kcal)		主な材料名		
		普通	中・初期	黄の仲間・ 熱や力の元になる	赤の仲間・ 血や肉になる	緑の仲間・ 体の調子を整える
3 火	チキンカレーライス コールスローサラダ 果物 (りんごの予定)	676	404	米,菜種油,薄力粉,はちみつ,じゃがいも,バター	飲用牛乳,肉,ハルメザンチーズ	にんにく,生姜,玉ねぎ,にんじん,キャベツ,きゅうり,冷凍ホールコーン,果物
4 水	御飯 肉じゃが ごま酢和え	625	468	米,しらたき,じゃがいも,菜種油,三温糖,白ごま	飲用牛乳,肉,カットわかめ	にんじん,玉ねぎ,さやいんげん,大根,きゅうり
5 木	御飯 麻婆豆腐 春雨中華サラダ 果物 (なしの予定)	718	553	米,菜種油,三温糖,ごま油,片栗粉,日本春雨	飲用牛乳,押し豆腐,肉,赤みそ	にんにく,生姜,にんじん,玉ねぎ,長ねぎ,にら,干し椎茸,赤ピーマン,キャベツ,きゅうり,果物
6 金	御飯 魚の照り焼き おかか和え 豆の甘煮 きのこ汁	752	621	米,三温糖	飲用牛乳,魚 (ぶりの予定),鯉糸削,大豆	生姜,小松菜,にんじん,緑豆もやし,キャベツ,しいたけ,えのきたけ,なめこ,長ねぎ
9 月	<重陽の節句献立> 御飯 とり肉の香味焼き 菊としらすの和え物 味噌汁	631	500	米,もち米,菜,ごま,三温糖,ごま油	飲用牛乳,肉,しらす干し,油揚げ,カットわかめ,白みそ,赤みそ	玉ねぎ,にんにく,小松菜,にんじん,緑豆もやし,菊のり,なす,大根,長ねぎ
10 火	ミルクパン ボークビーンズ ツナとわかめのサラダ 果物 (なしの予定)	693	609	ミルクパン,じゃがいも,菜種油,三温糖	飲用牛乳,大豆,肉,無添加ベーコン,ツナ缶,カットわかめ	玉ねぎ,にんじん,ホールトマト缶,冷凍グリーンピース,きゅうり,緑豆もやし,冷凍ホールコーン,果物
11 水	御飯 肉豆腐 ひじきの和風和え 果物 (ぶどうの予定)	690	518	米,菜種油,しらたき,三温糖	飲用牛乳,押し豆腐,肉,油揚げ,ひじき	にんじん,玉ねぎ,干し椎茸,長ねぎ,小松菜,キャベツ,果物
12 木	ガバオライス コーンサラダ わかめスープ	661	505	米,菜種油,三温糖,片栗粉	飲用牛乳,肉,カットわかめ,木綿豆腐	生姜,にんにく,玉ねぎ,ピーマン,赤ピーマン,パプリカ,冷凍ホールコーン,きゅうり,キャベツ,にんじん,えのきたけ,青梗菜
13 金	御飯 魚の薬味焼き のり和え 豆乳入り味噌汁	672	487	米,三温糖,ごま油	飲用牛乳,魚 (さばの予定),鯉糸削,のり,肉,豆乳,赤みそ,白みそ	にんにく,生姜,長ねぎ,えのきたけ,小松菜,にんじん,緑豆もやし,ぶなしめじ,玉ねぎ
17 火	<十五夜献立> 御飯 魚の西京漬け焼き 大豆とひじきの煮物 すまし汁 果物 (なしの予定)	727	573	米,三温糖,菜種油,さといも,糸こんにゃく	飲用牛乳,魚 (さわらの予定),赤みそ (甘みそ),ひじき,油揚げ,大豆,肉	にんじん,ごぼう,まいたけ,長ねぎ,果物
18 水	御飯 ♪チキンカツ ごま和え 味噌汁	661	451	米,薄力粉,パン粉,大豆白絞油,三温糖,白ごま,じゃがいも	飲用牛乳,肉,鶏卵,赤みそ,白みそ	小松菜,緑豆もやし,にんじん,玉ねぎ,えのきたけ
19 木	親子丼 大根とホタテのサラダ 五目汁	664	498	米,三温糖,片栗粉,菜種油,ごま油	飲用牛乳,鶏卵,肉,ほたて	玉ねぎ,にんじん,干し椎茸,糸みつば,大根,きゅうり,キャベツ,長ねぎ,ぶなしめじ,ごぼう
20 金	♪ジャージャー麺 ♪磯辺ポテト フルーツポンチ	710	519	蒸し中華めん,ごま油,菜種油,三温糖,片栗粉,じゃがいも,大豆白絞油,上白糖	飲用牛乳,肉,赤みそ,青のり	玉ねぎ,にんじん,茹でたけのこ,干し椎茸,にんにく,生姜,にら,赤ピーマン,長ねぎ,みかん缶,白桃缶,りんご,ダイズ缶
24 火	豚肉のしょうが焼き丼 しらす入り和風サラダ 薄くず汁 果物 (なしの予定)	673	505	米,菜種油,ごま油,上白糖,白ごま,片栗粉	飲用牛乳,肉,しらす干し,カットわかめ,木綿豆腐	生姜,玉ねぎ,にんじん,キャベツ,緑豆もやし,長ねぎ,えのきたけ,ほうれん草,果物
25 水	ハインパン 秋の香りシチュー イタリアンサラダ	678	586	ハインパン,さつまいも,菜種油,薄力粉,バター,三温糖	飲用牛乳,肉,調理用牛乳,生クリーム,ハルメザンチーズ	白菜,玉ねぎ,にんじん,まいたけ,ほうれん草,大根,きゅうり,赤ピーマン,黄ピーマン
26 木	御飯 魚の味噌マヨネーズ焼き 五目きんぴら 吉野汁	723	548	米,エックケア,三温糖,板こんにゃく,菜種油,片栗粉,くず粉	飲用牛乳,魚 (さわらの予定),白みそ,肉,木綿豆腐,油揚げ	にんにく,こねぎ,にんじん,ごぼう,茹でたけのこ,れんこん,小松菜,長ねぎ
27 金	チャーハン パンサンズ 中華風春雨スープ 果物 (りんごの予定)	617	526	米,菜種油,ごま油,三温糖,日本春雨	飲用牛乳,鶏卵,肉,無添加ハム	生姜,にんじん,長ねぎ,しいたけ,緑豆もやし,きゅうり,赤ピーマン,玉ねぎ,青梗菜,果物
30 月	御飯 とり肉の玉ねぎソースがけ からし和え すまし汁 果物 (なしの予定)	619	466	米,三温糖,菜種油,片栗粉	飲用牛乳,肉,油あげ	玉ねぎ,にんじん,緑豆もやし,キャベツ,小松菜,ほうれん草,大根,長ねぎ,なし

- *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