

# 令和6年度12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礼ギ-(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
2月	豚肉の生姜焼き丼 ひじきの和風和え 味噌汁	638	483	米、菜種油、三温糖、じゃがいも	飲用牛乳、肉、油揚げ、ひじき、白みそ、赤みそ	生姜、玉ねぎ、にんじん、キャベツ、白菜、長ねぎ、ほうれん草
3火	御飯 魚の薬味焼き のり和え 薄くす汁	622	487	米、三温糖、ごま油、片栗粉	飲用牛乳、魚(さわらの予定)、鯉糸削、刻みのり、カットわかめ	にんにく、生姜、長ねぎ、えのきたけ、小松菜、にんじん、キャベツ、ごぼう、ほうれん草
4水	御飯 豚肉と生揚げの味噌炒め 野菜の中華和え	721	480	米、ごま油、三温糖、片栗粉、白ごま	飲用牛乳、肉、生揚げ、赤みそ	生姜、キャベツ、にんじん、たけのこ、ほうれん草、エリンギ、にんにく、きゅうり、緑豆もやし
5木	♪あんかけ焼きそば ♪カレーポテト 果物(みかんの予定)	653	487	蒸し中華めん、ごま油、片栗粉、じゃがいも、大豆白絞油	飲用牛乳、肉	キャベツ、玉ねぎ、にんじん、緑豆もやし、エリンギ、生姜、にんにく、果物
6金	サフランライスのクリームソースがけ ベーコンと野菜のスープ 果物(りんごの予定)	668	503	米、菜種油、薄力粉	飲用牛乳、肉、調理用牛乳、脱脂粉乳、無添加ベーコン	にんじん、玉ねぎ、マッシュルーム缶、冷凍グリーンピース、セロリ、えのきたけ、キャベツ、果物
9月	御飯 八宝豆腐 春雨中華サラダ 果物(みかんの予定)	700	543	米、菜種油、三温糖、片栗粉、ごま油、日本春雨	飲用牛乳、肉、押し豆腐、むきえび	にんじん、茹でたけのこ、玉ねぎ、白菜、エリンギ、生姜、にんにく、冷凍むき枝豆、赤ピーマン、キャベツ、きゅうり、果物
10火	♪揚げパン ポークビーンズ コールスローサラダ 果物(りんごの予定)	636	615	ミルクパン、菜種油、グラニュー糖、じゃがいも、三温糖、はちみつ	飲用牛乳、きな粉、大豆、肉、無添加ベーコン	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、冷凍ホールコーン、果物
11水	御飯 ♪とりの照り焼き しらす和え あおさの味噌汁	601	484	米、じゃがいも	飲用牛乳、肉、しらす干し、あおさ、白みそ、赤みそ	生姜、きゅうり、にんじん、もやし、キャベツ、えのきたけ、玉ねぎ、白菜
12木	御飯 魚の味噌マヨネーズ焼き ♪豆の甘煮 きゃべつの五目汁	697	535	米、マヨネーズ(卵不使用)、三温糖	飲用牛乳、魚(さわらの予定)、白みそ、大豆	にんにく、こねぎ、キャベツ、にんじん、ごぼう、長ねぎ、ほんしめじ
13金	わかめ御飯 肉じゃが 野菜のえのき和え	663	508	米、しらたき、じゃがいも、菜種油、三温糖	飲用牛乳、カットわかめ、しらす干し、肉、鯉糸削	にんじん、玉ねぎ、さやいんげん、えのきたけ、キャベツ、小松菜
16月	御飯 回鍋肉 春雨と卵の中華スープ 果物(りんごの予定)	699	556	米、菜種油、三温糖、片栗粉、ごま油、日本春雨	飲用牛乳、肉、赤みそ、鶏卵	生姜、ピーマン、赤ピーマン、キャベツ、玉ねぎ、にんじん、茹でたけのこ、白菜、長ねぎ、えのきたけ、小松菜、果物
17火	御飯 ♪とりの米粉唐揚げ おかか和え 味噌汁	661	491	米、片栗粉、大豆白絞油、じゃがいも	飲用牛乳、肉、鯉糸削、カットわかめ、白みそ、赤みそ	にんにく、生姜、ほうれん草、にんじん、緑豆もやし、キャベツ、玉ねぎ、ごぼう
18水	♪黄金スープの醤油ラーメン 肉野菜炒め 果物(みかんの予定)	638	455	蒸し中華めん、ごま油、三温糖、菜種油、片栗粉	飲用牛乳、肉	長ねぎ、小松菜、緑豆もやし、キャベツ、にんじん、にら、茹でたけのこ、生姜、果物
19木	えびピラフ イタリアンサラダ コーンスープ	642	542	米、菜種油、三温糖、じゃがいも、薄力粉	飲用牛乳、むきえび、肉、調理用牛乳	マッシュルーム缶、玉ねぎ、にんじん、にんにく、生姜、冷凍むき枝豆、大根、きゅうり、赤ピーマン、黄ピーマン、とうもろこし缶詰、冷凍ホールコーン、パセリ
20金	<冬至献立> 御飯 魚の幽庵焼き かぼちゃのいとこ煮、豚汁	792	630	米、三温糖、ごま油、じゃがいも、板こんにゃく	飲用牛乳、魚(ぶりの予定)、小豆、肉、鯉厚削、赤みそ、白みそ	ゆず、かぼちゃ、大根、長ねぎ、にんじん、ごぼう
23月	御飯 豚すき焼き風煮 ごま和え 果物(みかんの予定)	665	518	米、しらたき、小町麩、菜種油、三温糖、白ごま	飲用牛乳、肉、焼き豆腐	エリンギ、にんじん、白菜、長ねぎ、玉ねぎ、ほうれん草、小松菜、緑豆もやし、果物
24火	ココアパン ♪ローストチキン コーンサラダ、ABCスープ ♪いちごのレアチーズケーキ	796	663	ココアパン、三温糖、菜種油、ABCマカロニ、上白糖	飲用牛乳、肉、無添加ベーコン、クリームチーズ、調理用牛乳、無糖ヨーグルト、粉寒天	長ねぎ、セロリ、にんにく、生姜、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、玉ねぎ、ほうれん草、レモン果汁、いちごジャム

\*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