

令和7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
原島 広樹

*牛乳は毎日つきます。

曜日	献立名	1人1食(kcal)		主な材料名		
		普通	中・初期	からだをつくる	力や熱のもとになる	体の調子を整える
1月	御飯 豚肉と生揚げの味噌炒め 青菜のスープ 果物（みかんの予定）	736	539	飲用牛乳・豚肉・生揚げ 赤みそ・カットわかめ	米・ごま油・三温糖・片栗粉	生姜・キャベツ・にんじん 茹でたけのこ・長ねぎ・エリンギ にんにく・大根・えのきだけ 青菜・みかん
2火	チキンクリームスパゲティ コーンサラダ 果物（紅マドンナの予定）	703	646	飲用牛乳・鶏肉・牛乳 脱脂粉乳・パルメザンチーズ 生クリーム	スパゲティ・オリーブ油 菜種油・薄力粉 バター・三温糖	にんにく・玉ねぎ・ぶなしめじ ほうれん草・にんじん ホールコーン・きゅうり キャベツ・赤ピーマン・紅マドンナ
3水	御飯 ぶりの照り焼き しめじ和え かぶと白菜の味噌汁	682	568	飲用牛乳・ぶり・油揚げ 白みそ・赤みそ	米	生姜・にんじん・ぶなしめじ キャベツ・小松菜・かぶ 白菜・長ねぎ
4木	わかめ御飯 肉じゃが旨煮 野菜のおかか和え 果物（りんごの予定）	707	626	飲用牛乳・わかめご飯の素 豚肉・凍り豆腐 しらす干し・鰹系削	米・じゃがいも・菜種油・三温糖	にんじん・玉ねぎ さやいんげん・えのきだけ キャベツ・小松菜・りんご
5金	ウィンナーピラフ キャベツのサラダ コーンスープ	687	604	飲用牛乳・ウィンナー 鶏肉・牛乳	米・菜種油・三温糖 じゃがいも・薄力粉	マッシュルーム・玉ねぎ にんじん・にんにく・生姜 キャベツ・大根・きゅうり 赤ピーマン・とうもろこし缶詰 ホールコーン・パセリ
8月	御飯 えびと豆腐のチリソース 春雨中華サラダ 果物（みかんの予定）	702	602	飲用牛乳・豚肉 むきえび輪切・押し豆腐	米・菜種油・三温糖・片栗粉 ごま油・日本春雨(乾)	にんにく・生姜・長ねぎ 干し椎茸・にんじん・玉ねぎ 赤ピーマン・キャベツ きゅうり・みかん
9火	御飯 にら入り卵焼き ほうれん草とひじきの和え物 さつまいもの味噌汁	650	488	飲用牛乳・鶏肉・鶏卵 長ひじき・白みそ・赤みそ	米・菜種油・三温糖 ごま油・さつまいも	茹でたけのこ・玉ねぎ にんじん・にら・ほうれん草 緑豆もやし・えのきだけ
10水	チーズパン チリコンカン ブロッコリーサラダ 果物（りんごの予定）	712	670	飲用牛乳・大豆(乾) 豚肉・無添加ベーコン	チーズパン・じゃがいも 菜種油・三温糖	玉ねぎ・にんじん・にんにく ホールトマト缶・グリーンピース ホールコーン・ブロッコリー りんご
11木	ねぎ塩豚丼 しらす和え わかめスープ	682	595	飲用牛乳・豚肉・しらす干し カットわかめ・押し豆腐	米・菜種油・三温糖 片栗粉・白いりごま・ごま油	にんにく・生姜・玉ねぎ こねぎ・きゅうり・にんじん 緑豆もやし・キャベツ ぶなしめじ・長ねぎ
12金	御飯 鮭の香草パン粉焼き フレンチサラダ ひよこ豆のスープ	748	599	飲用牛乳・鮭 パルメザンチーズ 鶏肉・ひよこ豆(乾)	米・オリーブ油・パン粉(乾) 菜種油・三温糖	にんにく・パセリ・白菜 きゅうり・にんじん・黄ピーマン 玉ねぎ・キャベツ・えのきだけ
15月	御飯 タンドリーチキン ひじきと豆のサラダ ベーコンと野菜のスープ	652	596	飲用牛乳・鶏肉・長ひじき 大豆(乾)・無添加ベーコン	米・三温糖・オリーブ油	玉ねぎ・にんにく・生姜 きゅうり・大根・にんじん セロリ・えのきだけ・キャベツ
16火	御飯 鮭の塩焼き おろし添え のりあえ 沢煮椀	640	534	飲用牛乳・鮭 刻みのり・豚肉	米・菜種油・片栗粉	大根・えのきだけ ほうれん草・にんじん キャベツ・ごぼう 長ねぎ・生姜
17水	あんかけやきそば カレーポテト フルーツポンチ	665	550	飲用牛乳・豚肉	蒸し中華めん・ごま油・片栗粉 じゃがいも・大豆白絞油	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・白桃缶 りんご缶・西洋なし缶
18木	御飯 揚げぶり大根 おあげの和風和え 果物（りんごの予定）	756	557	飲用牛乳・ぶり・油揚げ	米・片栗粉・大豆白絞油 三温糖・菜種油	生姜・大根・にんじん さやいんげん・キャベツ・りんご
19金	♪ボーカレールイス わかめとコーンのサラダ 果物（みかんの予定）	704	674	飲用牛乳・豚肉 パルメザンチーズ・カットわかめ	米・じゃがいも・菜種油 薄力粉・はちみつ バター・三温糖	にんにく・生姜・玉ねぎ にんじん・ホールコーン きゅうり・大根・みかん
22月	御飯 鰯の醤油焼き かぼちゃのいとし煮 大根とわかめの味噌汁	675	573	飲用牛乳・さわら・小豆(乾) カットわかめ・白みそ・赤みそ	米・三温糖	ゆず・かぼちゃ・大根 白菜・長ねぎ
23火	御飯 肉豆腐 ごま和え 果物（みかんの予定）	679	551	飲用牛乳・押し豆腐・豚肉	米・菜種油・しらたき 三温糖・白ごま	にんじん・玉ねぎ・長ねぎ ほうれん草・干し椎茸・小松菜 緑豆もやし・みかん
24水	♪チョコチップパン ♪モチモチキン キャベツのマリネ ABCスープ	643	618	飲用牛乳・鶏肉・無添加ベーコン	チョコチップパン・片栗粉 大豆白絞油・三温糖 ABCマカロニ	にんにく・生姜・キャベツ にんじん・黄ピーマン・白菜 えのきだけ・玉ねぎ セロリ・ほうれん草

*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