令和８年度11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	ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal)		主な材料名		
		普通	中・初期	からだをつくる	カや熱のもとになる	体の調子を整える
2 月	豚肉の生姜焼き丼 ごま和え かぼちゃの味噌汁	647	505	飲用牛乳・豚肉・油揚げ 白みそ・赤みそ	米・菜種油・三温糖・白すりごま	生姜・玉ねぎ・小松菜・緑豆もやし・ 人参・かぼちゃ・ぶなしめじ
4 水	チキンライス ＡＢＣスープ スイートポテト	659	595	飲用牛乳・鶏肉 無添加ベーコン 調理用牛乳・鶏卵	米・オリーブ油 ABCマカロニ・さつまいも バター・マーガリン 三温糖・薄力粉	にんにく・人参・玉ねぎ マッシュルーム缶・グリンピース キャベツ・えのきたけ・セロリ
5 木	御飯 エビ入り八宝豆腐 春雨中華サラダ 果物（みかん）	709	513	飲用牛乳・豚肉 押し豆腐・むきえび	米・菜種油・三温糖 片栗粉・ごま油・日本春雨	人参・たけのこ・玉ねぎ・白菜 エリンギ・生姜・にんにく むき枝豆・赤ピーマン・キャベツ きゅうり・みかん
6 金	こぎつねごはん ぶりのピリ辛焼き のり和え じゃがいもとわかめの味噌汁	739	562	飲用牛乳・鶏肉・油揚げ ぶり・刻みのり・カットわかめ 白みそ・赤みそ	米・菜種油・三温糖 ごま油・じゃがいも	にんにく・生姜・えのきたけ 小松菜・人参・緑豆もやし 白菜・長ねぎ
9 月	御飯 鶏肉の香味焼き 五目豆 吉野汁	652	577	飲用牛乳・鶏肉・豚肉 大豆(乾)・油揚げ	米・三温糖・ごま油・菜種油 板こんにゃく・片栗粉	玉ねぎ・にんにく・ごぼう 人参・小松菜・大根・長ねぎ
10 火	♪きなこ揚げパン ポトフ ささみとわかめのサラダ	661	609	飲用牛乳・きな粉(大豆）・鶏肉 ウィンナー・ささみ カットわかめ	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	玉ねぎ・人参・キャベツ マッシュルーム缶・パセリ きゅうり・緑豆もやし ホールコーン
11 水	御飯 さばのカレー焼き おかか和え 豆乳入り味噌汁	667	518	飲用牛乳・まさば・鰹糸削 鶏肉・豆乳・赤みそ・白みそ	米	生姜・玉ねぎ・キャベツ・人参 ほうれん草・えのきたけ ぶなしめじ
12 木	サフランライス チキンクリームソース わかめとコーンのサラダ ベーコンと野菜のスープ	659	486	飲用牛乳・鶏肉・調理用牛乳 脱脂粉乳・カットわかめ 無添加ベーコン	米・菜種油・薄力粉・三温糖	人参・玉ねぎ・マッシュルーム缶 グリンピース・ホールコーン きゅうり・大根・セロリ えのきたけ・キャベツ
13 金	焼肉丼 わかめときのこのスープ 果物（りんご）	678	512	飲用牛乳・豚肉・カットわかめ	米・ごま油・三温糖	にんにく・生姜・人参・玉ねぎ ピーマン・大根 えのきたけ・りんご
16 月	御飯 すき焼き風煮 大豆とじゃがいもの甘辛揚げ	710	561	飲用牛乳・焼き豆腐 豚肉・大豆	米・焼きふ・菜種油・しらたき 三温糖・片栗粉 じゃがいも・大豆白絞油	人参・玉ねぎ・長ねぎ 白菜・干し椎茸
17 火	御飯 卵の千草焼き ひじきの和風和え 豆腐とわかめの味噌汁	665	455	飲用牛乳・鶏肉・鶏卵・油揚げ 長ひじき・木綿豆腐 カットわかめ・白みそ・赤みそ	米・菜種油・三温糖	人参・干し椎茸・玉ねぎ ほうれん草・キャベツ 大根・長ねぎ
18 水	あんかけやきそば カレーポテト フルーツポンチ	653	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・人参 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
19 木	ご飯 鮭の香草パン粉焼き フレンチサラダ ひよこ豆のスープ	747	545	飲用牛乳・鮭 パルメザンチーズ・鶏肉 ひよこ豆	米・オリーブ油・パン粉(乾) 菜種油・三温糖	にんにく・白菜・きゅうり・人参 玉ねぎ・キャベツ・えのきたけ
20 金	チャーハン バンサンスー 春雨中華スープ	613	537	飲用牛乳・鶏卵・豚肉・ 無添加ハム・鶏肉	米・菜種油・ごま油 三温糖・日本春雨(乾)	生姜・人参・長ねぎ・干し椎茸 グリンピース・緑豆もやし きゅうり・黄ピーマン・にら 白菜・玉ねぎ
21 土	♪チキンカレーライス コールスローサラダ 果物（りんご）	685	557	飲用牛乳・鶏肉 パルメザンチーズ	米・菜種油・薄力粉 はちみつ・じゃがいも・バター	にんにく・生姜・玉ねぎ・人参 グリンピース・キャベツ きゅうり・ホールコーン・りんご
25 水	栗御飯 筑前煮 しめじ和え 果物（みかん）	623	593	飲用牛乳・鶏肉	米・もち米・むき栗・黒ごま じゃがいも・板こんにゃく 菜種油・三温糖	人参・ごぼう・たけのこ・大根 干し椎茸・さやいんげん キャベツ・緑豆もやし しめじ・早生みかん
26 木	ココアパン 豆乳シチュー カラフルサラダ	600	591	飲用牛乳・鶏肉・豆乳	ココアパン・菜種油 じゃがいも・三温糖	人参・玉ねぎ・クリームコーン グリンピース・きゅうり 大根・黄ピーマン
27 金	御飯 さわらの西京漬け焼き しらす入り和風サラダ もずくと大根の生姜汁	636	541	飲用牛乳・さわら・西京みそ しらす干し・もずく	米・三温糖・菜種油 ごま油・白ごま	キャベツ・緑豆もやし・人参 生姜・大根・えのきたけ・小松菜
30 月	御飯 鶏肉のつくね焼き 三色野菜のごま和え 白菜とねぎの味噌汁	631	557	飲用牛乳・鶏肉・鶏卵 白みそ・赤みそ	米・パン粉(乾)・三温糖 片栗粉・白すりごま じゃがいも	れんこん・玉ねぎ・生姜 ほうれん草・緑豆もやし・人参 白菜・長ねぎ・小松菜

＊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