

令和2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
緒方 直彦

*牛乳は毎日つきます。

曜日	普通食 献立名	E値 kcal	後期食 献立名	初期食・中期食・中期食的 献立名	主な材料名		
					かや熱のもとになる	からだをつくる	体の調子を整える
1 水	御飯 家常豆腐 中華風コンソープ	754	軟飯 肉団子と野菜のみそ煮 中華風コンソープ	おかゆ 肉団子と野菜のみそ煮 中華風コンソープ	米 油 三温糖 片栗粉 ごま油	飲用牛乳 肉 みそ 生揚げ 鶏卵	生姜 にんにく にんじん 茹でだけのこ 玉ねぎ 干し椎茸 キャベツ しめじ 冷凍コーン チンゲン菜 クリームコーン缶
2 木	ぶどうパン マカロニのクリーム煮 ツナとわかめのサラダ 果物 (パルメザンチーズの予定)	784	パンがゆ マカロニのクリーム煮 ツナとわかめのサラダ 果物 (みかん缶の予定)	パンがゆ (中期食的はおかゆ) マカロニのクリーム煮 ツナとわかめのサラダ 果物 (みかん缶の予定)	パン マカロニ じゃが芋 油 薄力粉 バター 三温糖 白ごま	飲用牛乳 肉 ホタテ 脱脂粉乳 調理乳 生クリーム パルメザンチーズ ツナ缶 わかめ	キャベツ 玉ねぎ にんじん マッシュルーム缶 ほうれん草 大根 冷凍コーン 果物
3 金	どうもろこし御飯 魚のカレー焼き ゆかり和え みそ汁	736	軟飯 魚バーグ カレーソース ゆかり和え みそ汁	どうもろこし御飯 魚テリーヌ カレーソース ゆかり和え みそ汁	米 じゃが芋	飲用牛乳 魚 (さばの予定) 豆腐 油揚げ みそ	どうもろこし 生姜 玉ねぎ きゅうり にんじん キャベツ 小松菜
6 月	御飯 中華風旨煮 しらすと野菜の中華和え	668	軟飯 中華風旨煮 しらすと野菜の中華和え	おかゆ 中華風旨煮 しらすと野菜の中華和え	米 油 三温糖 片栗粉 ごま油 白ごま	飲用牛乳 肉 えび しらす干し	生姜 にんじん 茹でだけのこ 玉ねぎ 白菜 エリンギ にんにく 冷凍枝豆 ほうれん草 もやし
7 火	<行事食：七夕> ちらし寿司 おかか和え たなぼた汁 果物 (スイカの予定)	657	軟飯 えび団子と野菜のあんかけ おかか和え たなぼた汁 果物 (スイカの予定)	おかゆ えび団子と野菜のあんかけ おかか和え たなぼた汁 果物 (スイカの予定)	米 三温糖 油 白ごま 冷麦	飲用牛乳 鶏卵 油揚げ えび 鯉節 かまぼこ	にんじん かんぴょう みつば もやし キャベツ オクラ 冬瓜 果物
8 水	<沖縄料理 第一弾> タコライス もずくスープ 果物 (冷凍パインの予定)	713	軟飯 肉団子と野菜のトマトソース もずくスープ 果物 (パイン缶の予定)	おかゆ 肉団子と野菜のトマトソース もずくスープ 果物 (パイン缶の予定)	米 油 三温糖 ごま油	飲用牛乳 大豆 肉 チーズ もずく	にんにく 玉ねぎ にんじん ホールトマト缶 冷凍枝豆 キャベツ 大根 果物
9 木	ジャージャー麺 磯部ポテト カルピスポンチ	783	軟らか中華麺 肉団子と野菜のみそ煮 磯部ポテト カルピスポンチ	軟らか冷麦 肉団子と野菜のみそ煮 磯部ポテト カルピスポンチ	中華麺 ごま油 油 三温糖 片栗粉 じゃが芋	飲用牛乳 肉 みそ 青のり 乳酸菌飲料	玉ねぎ にんじん 茹でだけのこ 干し椎茸 にんにく 生姜 たら 赤ピーマン 長ねぎ みかん缶 白桃缶 りんご缶
10 金	御飯 魚のおろしソースがけ 梅肉和え かぼちゃの甘煮 すまし汁	661	軟飯 魚バーグ おろしソースがけ 梅肉和え かぼちゃの甘煮 すまし汁	おかゆ 魚テリーヌ おろしソースがけ 梅肉和え かぼちゃの甘煮 すまし汁	米 三温糖	飲用牛乳 魚 (あじの予定) 鯉節 油揚げ	大根 きゅうり にんじん キャベツ ねぎ 梅 かぼちゃ 白菜 長ねぎ
13 月	御飯 八宝豆腐 野菜の中華和え 果物 (冷凍みかんの予定)	762	軟飯 いか団子と野菜の中華煮 野菜の中華和え 果物 (みかん缶の予定)	おかゆ いか団子と野菜の中華煮 野菜の中華和え 果物 (みかん缶の予定)	米 油 三温糖 片栗粉 ごま油 白ごま	飲用牛乳 肉 豆腐 いか えび	にんじん 茹でだけのこ 玉ねぎ 白菜 エリンギ 生姜 にんにく 冷凍枝豆 ほうれん草 きゅうり もやし 果物
14 火	御飯 魚のごまみそ焼き ゆず和え けんちん汁	673	軟飯 魚バーグ ごまみそソース ゆず和え けんちん汁	おかゆ 魚テリーヌ ごまみそソース ゆず和え けんちん汁	米 三温糖 白ごま 油 じゃが芋 こんにゃく ごま油	飲用牛乳 魚 (さわらの予定) みそ 豆腐	生姜 大根 にんじん キャベツ ゆず果汁 冬瓜 長ねぎ ごぼう
15 水	チーズパン チキンバーチキン コールスローサラダ 夏野菜ミネストローネ	665	パンがゆ チキンバーグ ヨーグルトソース コールスローサラダ 夏野菜ミネストローネ	パンがゆ (中期食的はおかゆ) チキンテリーヌ ヨーグルトソース コールスローサラダ 夏野菜ミネストローネ	パン 油 はちみつ オリーブ油 じゃが芋 三温糖	飲用牛乳 肉 ヨーグルト パーコン	玉ねぎ にんにく 生姜 にんじん キャベツ 冷凍コーン なす ズッキーニ トマト セロリ ホールトマト缶
16 木	<沖縄料理 第二弾> 御飯 野菜のチャンプルー アーサー汁 果物 (スイカの予定)	784	軟飯 肉団子と豆腐の煮物 アーサー汁 果物 (スイカの予定)	おかゆ 肉団子と豆腐の煮物 アーサー汁 果物 (スイカの予定)	米 油 片栗粉 三温糖 ごま油	飲用牛乳 肉 豆腐 鶏卵 鯉節 あおさ 油揚げ みそ	にんじん 玉ねぎ もやし キャベツ igaうり 長ねぎ 白菜 果物
17 金	エビピラフ ツナとひじきのサラダ パーコンと野菜のカレースープ	658	軟飯 えび団子と野菜のあんかけ ツナとひじきのサラダ パーコンと野菜のカレースープ	おかゆ えび団子と野菜のあんかけ ツナとひじきのサラダ パーコンと野菜のカレースープ	米 油 バター 三温糖 白ごま じゃが芋	飲用牛乳 えび ツナ缶 ひじき パーコン	マッシュルーム缶 玉ねぎ にんじん にんにく 生姜 冷凍枝豆 きゅうり キャベツ 冷凍コーン ズッキーニ セロリ
20 月	豚肉丼 さつま芋のレモン煮 みそ汁	773	軟飯 肉バーグと野菜の煮物 さつま芋のレモン煮 みそ汁	おかゆ 肉テリーヌと野菜の煮物 さつま芋のレモン煮 みそ汁	米 しらたき 小町麩 三温糖 片栗粉 油 さつま芋	飲用牛乳 肉 豆腐 油揚げ みそ	にんじん 玉ねぎ 長ねぎ しめじ みつば レモン レーズン 大根 ほうれん草
21 火	御飯 魚の西京漬焼き ごま酢和え かぼちゃの甘煮 すまし汁	674	軟飯 魚バーグ 西京みそソース ごま酢和え かぼちゃの甘煮 すまし汁	おかゆ 魚テリーヌ 西京みそソース ごま酢和え かぼちゃの甘煮 すまし汁	米 三温糖 白ごま	飲用牛乳 魚 (さけの予定) みそ わかめ 油揚げ	大根 きゅうり かぼちゃ 冬瓜 にんじん 干し椎茸
22 水	ミートソースパゲティ わかめとコーンのサラダ 果物 (メロンの予定)	726	軟らかスパゲティ 肉団子と野菜のミートソース わかめとコーンのサラダ 果物 (メロンの予定)	軟らか冷麦 肉団子と野菜のミートソース わかめとコーンのサラダ 果物 (メロンの予定)	スパゲティ オリーブ油 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 わかめ	パセリ にんにく 生姜 にんじん 玉ねぎ きゅうり マッシュルーム缶 セロリ 冷凍クリンピース セロリ ズッキーニ みかん缶 冷凍コーン 大根 果物
27 月	中華御飯 えびのチリソース 中華風きのこスープ	650	軟飯 野菜の五目煮 えび団子のチリソースがけ 中華風きのこスープ	おかゆ 野菜の五目煮 えび団子のチリソースがけ 中華風きのこスープ	米 ごま油 三温糖 片栗粉 油	飲用牛乳 肉 大豆 えび 肉 鶏卵	にんじん 茹でだけのこ 長ねぎ 冷凍枝豆 にんにく 生姜 えのきだけ まいたけ チンゲン菜
28 火	御飯 魚の南部焼き からし和え みそ汁	722	軟飯 魚バーグ ごまあんかけ お浸し みそ汁	おかゆ 魚テリーヌ ごまあんかけ お浸し みそ汁	米 三温糖 黒ごま 白ごま 片栗粉 じゃが芋	飲用牛乳 魚 (ぶりの予定) わかめ みそ	生姜 にんじん もやし キャベツ 小松菜 玉ねぎ ごぼう
29 水	米粉入りパン チリコンカン 野菜スープ フルーツポンチ	722	パンがゆ 肉団子と豆のトマト煮 野菜スープ フルーツポンチ	パンがゆ (中期食的はおかゆ) 肉テリーヌと豆のトマト煮 野菜スープ フルーツポンチ	パン じゃが芋 油 三温糖 薄力粉	飲用牛乳 大豆 肉 パーコン	玉ねぎ にんじん にんにく ホールトマト缶 キャベツ 冷凍クリンピース セロリ ズッキーニ みかん缶 桃缶 ラ・フランス缶
30 木	御飯 なす入り麻婆豆腐 春雨中華サラダ 果物 (メロンの予定)	731	軟飯 豆腐と肉団子のみそ煮 春雨中華サラダ 果物 (メロンの予定)	おかゆ 豆腐と肉団子のみそ煮 春雨中華サラダ 果物 (メロンの予定)	米 油 三温糖 ごま油 片栗粉 春雨	飲用牛乳 豆腐 肉 みそ	にんにく 生姜 なす にんじん 玉ねぎ 長ねぎ たら 干し椎茸 赤ピーマン キャベツ きゅうり 果物
31 金	夏野菜カレーライス わかめと大根のサラダ 果物 (スイカの予定)	691	軟飯 肉団子と夏野菜のカレー わかめと大根のサラダ 果物 (スイカの予定)	おかゆ 肉団子と夏野菜のカレー わかめと大根のサラダ 果物 (スイカの予定)	米 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 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。
 *トのついてる献立は、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。

