



令和2年度9月・10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
28月	<給食開始> 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)	703	軟飯 肉団子と野菜のカレー コールスローサラダ 果物(りんごの予定)	おかゆ 肉団子と野菜のカレー コールスローサラダ 果物(りんごの予定)	米 油 薄力粉 じゃがいも はちみつ	飲用牛乳 肉 チーズ	にんにく 生姜 りんご 玉ねぎ にんじん キャバツ 冷凍コーン 果物
29火	御飯 ♪麻婆豆腐 春雨中華サラダ	722	軟飯 豆腐と肉団子のみそ煮 春雨中華サラダ	おかゆ 豆腐と肉団子のみそ煮 春雨中華サラダ	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 にんじん 玉ねぎ 長ネギ たら 干し椎茸 赤ピーマン キャバツ きゅうり
30水	ミートソースパグティ わかめとコーンのサラダ 果物(なしの予定)	730	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(なしの予定)	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(なしの予定)	スパゲティ オリーブ油 油 薄力粉 三温糖 白ごま	飲用牛乳 肉 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 冷凍グリーンピース 冷凍コーン 大根 果物
2金	<十五夜献立> 栗御飯 魚のねぎみそ焼き ゆかり和え いものこ汁	700	軟飯 栗あん 魚バーグ ねぎみそソース ゆかり和え いものこ汁	おかゆ 栗あん 魚テリーヌ ねぎみそソース ゆかり和え いものこ汁	米 むき栗 黒ごま 里芋 こんにゃく	飲用牛乳 魚(さけの予定) みそ 肉	玉ねぎ 長ねぎ きゅうり にんじん かつら キャバツ ごぼう まいたけ
5月	御飯 家常豆腐 中華風コーンスープ	754	軟飯 肉団子と野菜のみそ煮 中華風コーンスープ	おかゆ 肉団子と野菜のみそ煮 中華風コーンスープ	米 油 三温糖 片栗粉 ごま油	飲用牛乳 肉 みそ 生揚げ 卵	生姜 にんにく にんじん 茹でたけのこ 玉ねぎ 干し椎茸 キャバツ しめじ 冷凍コーン チンゲン菜 クリームコーン缶
6火	御飯 魚のおろしソースがけ ゆず和え 豆の甘煮 みそ汁	751	軟飯 魚バーグ おろしソースがけ ゆず和え 豆の甘煮 みそ汁	おかゆ 魚テリーヌ おろしソースがけ ゆず和え 豆の甘煮 みそ汁	米 油 三温糖 じゃがいも	飲用牛乳 魚(さけの予定) 大豆 みそ	大根 かつら にんじん キャバツ ゆず果汁 玉ねぎ ごぼう 小松菜
7水	♪どろパン ♪マカロニのクリーム煮 ツナとわかめのサラダ	763	パンがゆ マカロニのクリーム煮 ツナとわかめのサラダ	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	パン マカロニ じゃがいも 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 生クリーム チーズ ツナ缶 わかめ	キャバツ 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
8木	御飯 肉じゃが ごま和え ココア寒天	743	軟飯 肉団子とじゃがいもの煮物 ごま和え ココア寒天	おかゆ 肉団子とじゃがいもの煮物 ごま和え ココア寒天	米 しらたき じゃがいも 油 三温糖 白ごま 上白糖	飲用牛乳 肉 寒天 調理用牛乳 生クリーム	にんじん 玉ねぎ さいいんげん 小松菜 白菜
9金	タコライス もずくスープ 果物(なしの予定)	716	軟飯 肉団子と野菜のトマトソース もずくスープ 果物(なしの予定)	おかゆ 肉団子と野菜のトマトソース もずくスープ 果物(なしの予定)	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 キャバツ 大根 果物
12月	御飯 肉豆腐 ひじきの和風和え	689	軟飯 豆腐と肉団子の煮物 ひじきの和風和え	おかゆ 豆腐と肉団子の煮物 ひじきの和風和え	米 油 しらたき 三温糖	飲用牛乳 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 キャバツ
13火	♪ハヤシライス 大根とホタテのサラダ 果物(りんごの予定)	749	軟飯 肉団子と野菜のハヤシ煮 大根とホタテのサラダ 果物(りんごの予定)	おかゆ 肉団子と野菜のハヤシ煮 大根とホタテのサラダ 果物(りんごの予定)	米 油 三温糖 薄力粉 バター	飲用牛乳 肉 生クリーム ホタテ	にんにく 玉ねぎ にんじん マッシュルーム缶 冷凍グリーンピース 大根 きゅうり 果物
14水	さつま芋御飯 魚の照り焼き 梅肉和え けんちん汁	745	軟飯 さつま芋あん 魚バーグ 照り焼きソース 梅肉和え けんちん汁	おかゆ さつま芋あん 魚テリーヌ 照り焼きソース 梅肉和え けんちん汁	米 さつま芋 黒ごま じゃがいも こんにゃく ごま油	飲用牛乳 魚(ぶりの予定) 鯉節 豆腐	生姜 きゅうり にんじん キャバツ ねり梅 大根 長ねぎ ごぼう
15木	御飯 筑前煮 おかつ和え 抹茶寒天	733	軟飯 筑前煮 おかつ和え 抹茶寒天	おかゆ 筑前煮 おかつ和え 抹茶寒天	米 じゃがいも こんにゃく 油 三温糖 上白糖	飲用牛乳 肉 鯉節 生クリーム 寒天 調理用牛乳	にんじん ごぼう 茹でたけのこ れんこん 干し椎茸 冷凍グリーンピース 小松菜 もやし キャバツ
16金	ジャージャー麺 ♪磯辺ポテト フルーツボンチ	777	軟らか中華麺 肉団子と野菜のみそ煮 磯部ポテト フルーツボンチ	軟らか冷麦 肉団子と野菜のみそ煮 磯部ポテト フルーツボンチ	中華麺 ごま油 油 三温糖 片栗粉 じゃがいも	飲用牛乳 肉 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 たら 赤ピーマン 長ねぎ みかん缶 白桃缶 りんご缶
19月	御飯 回鍋肉 中華風きのこスープ	684	軟飯 肉団子と野菜の中華風みそ煮 中華風きのこスープ	おかゆ 肉団子と野菜の中華風みそ煮 中華風きのこスープ	米 三温糖 油 片栗粉	飲用牛乳 肉 みそ 卵	生姜 ピーマン 赤ピーマン キャバツ 玉ねぎ にんじん 茹でたけのこ えのきたけ まいたけ 長ねぎ チンゲン菜
20火	豚肉とごぼうの御飯 魚のカレー焼き からし和え みそ汁	711	軟飯 豚肉と野菜の煮物 魚バーグ カレーソース からし和え みそ汁	おかゆ 豚肉と野菜の煮物 魚テリーヌ カレーソース からし和え みそ汁	米 ごま油 三温糖	飲用牛乳 肉 魚(さけの予定) わかめ みそ	ごぼう にんじん 生姜 玉ねぎ もやし キャバツ 小松菜 大根 長ねぎ
21水	ココアパン ホークビーンズ しらす入りサラダ	702	パンがゆ 肉団子と豆のトマト煮 しらす入りサラダ	パンがゆ(中期食的はおかゆ) 肉団子と豆のトマト煮 しらす入りサラダ	パン じゃがいも 油 三温糖 白ごま	飲用牛乳 大豆 肉 ペーコン しらす干し 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 レモン果汁 きゅうり 大根 冷凍コーン
22木	親子丼 大豆とひじきの煮物 さつま芋のみそ汁	746	軟飯 とりバーグと卵の煮物 大豆とひじきの煮物 さつま芋のみそ汁	おかゆ とりテリーヌと卵の煮物 大豆とひじきの煮物 さつま芋のみそ汁	米 三温糖 片栗粉 油 さつま芋	飲用牛乳 卵 肉 ひじき 油揚げ 大豆 みそ	玉ねぎ にんじん 干し椎茸 みつば ほうれん草
23金	御飯 鶏肉のトマトソースがけ コーンポテト ペーコンと野菜のスープ	708	軟飯 とりバーグ トマトソースがけ コーンポテト ペーコンと野菜のスープ	おかゆ とりテリーヌ トマトソースがけ コーンポテト ペーコンと野菜のスープ	米 油 三温糖 じゃがいも バター	飲用牛乳 肉 ペーコン	にんにく 玉ねぎ マッシュルーム缶 ホールトマト缶 パセリ 冷凍コーン にんじん セロリ キャバツ
26月	ターメリックライス キーマカレー 大根としらすのサラダ 果物(りんごの予定)	772	ターメリック軟飯 肉団子と野菜のカレー 大根としらすのサラダ 果物(りんごの予定)	ターメリックおかゆ 肉団子と野菜のカレー 大根としらすのサラダ 果物(りんごの予定)	米 油 薄力粉 三温糖	飲用牛乳 肉 大豆 しらす干し 鯉節	にんじん 玉ねぎ マッシュルーム缶 ホールトマト缶 生姜 にんにく レモン果汁 大根 きゅうり 果物
27火	御飯 豚肉と生揚げの味噌炒め わかめと卵のスープ	753	軟飯 肉団子と豆腐のみそ煮 わかめと卵のスープ	おかゆ 肉団子と豆腐のみそ煮 わかめと卵のスープ	米 ごま油 三温糖 片栗粉	飲用牛乳 肉 生揚げ みそ 卵 わかめ	生姜 なす キャバツ にんじん ほうれん草 エリンギ にんにく 大根 長ねぎ
28水	チキンクリームスパゲティ バランスサラダ 果物(りんごの予定)	743	軟らかスパゲティ 肉団子と野菜のクリーム煮 バランスサラダ 果物(りんごの予定)	軟らか冷麦 肉団子と野菜のクリーム煮 バランスサラダ 果物(りんごの予定)	スパゲティ オリーブ油 油 薄力粉 バター こんにゃく 三温糖	飲用牛乳 肉 調理用牛乳 脱脂粉乳 チーズ ひじき 生クリーム 油揚げ	にんにく 玉ねぎ しめじ ほうれん草 にんじん 小松菜 きゅうり もやし 果物
29木	御飯 魚の西京漬け焼き 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