♪♫♪♫☆♪♫♪♫☆♪♫♪♫☆令和２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
緒方　直彦

＊牛乳は毎日つきます。

曜日	普通食　献立名	ｴﾈﾙｷﾞｰ 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		
					力や熱のもとになる	からだをつくる	体の調子を整える
2 月	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　長ねぎ　にら 干し椎茸　赤ピーマン キャベツ　きゅうり
4 水	あしたばパン 白菜とかぼちゃのクリーム煮 ツナとわかめのサラダ	743	パンがゆ 白菜とかぼちゃのクリーム煮 ツナとわかめのサラダ	パンがゆ(中期食的はおかゆ) 白菜とかぼちゃのクリーム煮 ツナとわかめのサラダ	パン　マカロニ　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	かぼちゃ　白菜　玉ねぎ にんじん　しめじ　パセリ 大根　キャベツ　冷凍コーン
5 木	御飯 魚の香味焼き 五目きんぴら みそ汁	728	軟飯 魚バーグ　香味ソース 五目きんぴら みそ汁	おかゆ 魚テリーヌ　香味ソース 五目きんぴら みそ汁	米　三温糖　ごま油 こんにゃく　油	飲用牛乳 魚(さばの予定) 豆腐　みそ	にんにく　生姜　長ねぎ にんじん　ごぼう 茹でたけのこ　れんこん 唐辛子　玉ねぎ　大根 小松菜
6 金	♪チキンカレーライス コールスローサラダ カルピスボンチ	718	軟飯 肉団子と野菜のカレー コールスローサラダ カルピスボンチ	おかゆ 肉団子と野菜のカレー コールスローサラダ カルピスボンチ	米　油　薄力粉 じゃが芋　バター はちみつ	飲用牛乳　肉 パルメザンチーズ	にんにく　生姜　りんご 玉ねぎ　にんじん　キャベツ 冷凍コーン　みかん缶 白桃缶　西洋なし缶
9 月	御飯 豚肉のすき焼き風煮 山吹和え 果物(りんごの予定)	710	軟飯 肉団子のすき焼き風煮 山吹和え 果物(りんごの予定)	おかゆ 肉団子のすき焼き風煮 山吹和え 果物(りんごの予定)	米　しらたき 小町麸　油　三温糖	飲用牛乳　肉　豆腐 鶏卵　わかめ	しいたけ　玉ねぎ　にんじん 白菜　長ねぎ　春菊 キャベツ　大根　果物
10 火	そぼろご飯 さつまいものレモン煮 生姜汁	734	軟飯 肉団子と卵のあんかけ さつま芋のレモン煮 生姜汁	おかゆ 肉団子と卵のあんかけ さつま芋のレモン煮 生姜汁	米　油　三温糖 さつま芋	飲用牛乳　肉　鶏卵 もずく	にんじん　玉ねぎ　干し椎茸 さやいんげん　レモン レーズン　大根　生姜
11 水	豚肉ともやしのあんかけ中華麺 カレーポテト 果物(りんごの予定)	716	軟らか中華麺 肉団子と野菜の中華煮 カレーポテト 果物(りんごの予定)	軟らか冷麦 肉団子と野菜の中華煮 カレーポテト 果物(りんごの予定)	中華麺　ごま油　油 片栗粉　くず粉 じゃが芋　油	飲用牛乳　肉	キャベツ　玉ねぎ　にんじん にら　もやし　エリンギ 生姜　にんにく　果物
12 木	御飯 魚のムニエル ひじきとチーズのサラダ 野菜スープ	733	軟飯 魚バーグ　バターソース ひじきとチーズのサラダ 野菜スープ	おかゆ 魚テリーヌ　バターソース ひじきとチーズのサラダ 野菜スープ	米　薄力粉　バター 三温糖	飲用牛乳 魚(さけの予定) ひじき　ベーコン プロセスチーズ	大根　小松菜　にんじん レモン果汁　玉ねぎ　セロリ 白菜
13 金	♪炊きこみご飯 揚げじゃが芋のそぼろ煮 ごま酢和え	752	軟飯 揚げじゃが芋と肉団子の煮物 ごま酢和え	おかゆ 揚げじゃが芋と肉団子の煮物 ごま酢和え	米　油　白ごま じゃが芋　油 三温糖　片栗粉	飲用牛乳　油揚げ 肉　わかめ	にんじん　冷凍枝豆　玉ねぎ 茹でたけのこ　椎茸 冷凍グリンピース　大根 きゅうり
16 月	♪えびピラフ ツナとひじきのサラダ ベーコンと野菜のカレースープ	663	軟飯 えび団子と野菜のあんかけ ツナとひじきのサラダ ベ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 ベ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 ベーコン	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 白菜　セロリ
17 火	ご飯 魚の香り焼き おろし和え みそ汁	701	軟飯 魚バーグ　香りソース おろし和え みそ汁	おかゆ 魚テリーヌ　香りソース おろし和え みそ汁	米	飲用牛乳 魚(ぶりの予定) 油揚げ　わかめ　みそ	玉ねぎ　にんじん　小松菜 もやし　しめじ　大根 生姜　ごぼう
18 水	チンジャオロース丼 中華風コーンスープ 杏仁豆腐	715	軟飯 肉団子と野菜の中華煮 中華風コーンスープ 杏仁豆腐	おかゆ 肉団子と野菜の中華煮 中華風コーンスープ 杏仁豆腐	米　油　三温糖 片栗粉　ごま油 上白糖	飲用牛乳　肉　鶏卵 寒天　調理乳	玉ねぎ　茹でたけのこ 赤ピーマン ピーマン しめじ にんにく　生姜　にんじん クリームコーン缶　白桃缶 チンゲン菜　みかん缶
19 木	チーズパン タンドリーチキン わかめとコーンのサラダ ミネストローネ	689	パンがゆ チキンバーグ　ヨーグルトソース わかめとコーンのサラダ 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 わかめとコーンのサラダ ミネストローネ	パン　三温糖 白ごま　オリーブ油 じゃが芋　マカロニ	飲用牛乳　肉 ヨーグルト　わかめ ベーコン	玉ねぎ　にんにく　生姜 冷凍コーン　きゅうり　大根 にんじん　セロリ ホールトマト缶
20 金	ご飯 大根と豚肉のべっこう煮 ごま和え 果物(みかんの予定)	661	軟飯 大根と肉団子の煮物 ごま和え 果物(みかんの予定)	おかゆ 大根と肉団子の煮物 ごま和え 果物(みかんの予定)	米　こんにゃく じゃが芋　三温糖 片栗粉　白ごま	飲用牛乳　肉　わかめ	茹でたけのこ　干し椎茸 大根　にんじん 冷凍グリンピース　小松菜 白菜　もやし　果物
24 火	＜和食の日＞ 吹き寄せ御飯 魚のごまみそ焼き ゆかり和え　すまし汁	672	軟飯 魚バーグ　ごまみそソース ゆかり和え すまし汁	おかゆ 魚テリーヌ　ごまみそソース ゆかり和え すまし汁	米　栗　三温糖 白ごま	飲用牛乳 魚(さわらの予定) みそ　油揚げ かまぼこ　豆腐	しめじ　にんじん　ごぼう みつば　生姜　きゅうり かぶ　キャベツ　冬瓜
25 水	御飯 酢豚 しらすと野菜の中華和え	777	軟飯 肉団子と野菜の甘酢煮 しらすと野菜の中華和え	おかゆ 肉団子と野菜の甘酢煮 しらすと野菜の中華和え	米　片栗粉　薄力粉 油　じゃが芋　三温糖 ごま油　白ごま	飲用牛乳　肉 しらす干し	生姜　にんじん　玉ねぎ 茹でたけのこ　赤ピーマン 黄ピーマン　ほうれん草 もやし　にんにく
26 木	スパゲティナポリタン コーンスープ 果物(りんごの予定)	786	軟麺 肉団子と野菜のケチャップ煮 コーンスープ 果物(りんごの予定)	軟らか冷麦 肉団子と野菜のケチャップ煮 コーンスープ 果物(りんごの予定)	スパゲティ オリーブ油　油 三温糖　じゃが芋 薄力粉	飲用牛乳　肉 ウインナー　調理乳 生クリーム	パセリ　にんじん　玉ねぎ マッシュルーム缶　ピーマン 冷凍コーン クリームコーン缶　果物
27 金	豚肉の生姜焼き丼 大豆とひじきの煮物 けんちん汁	696	軟飯 肉バーグ　生姜焼きソース 大豆とひじきの煮物 けんちん汁	おかゆ 肉テリーヌ　生姜焼きソース 大豆とひじきの煮物 けんちん汁	米　油　三温糖 里芋　こんにゃく ごま油	飲用牛乳　肉 ひじき　油揚げ 大豆　豆腐	生姜　玉ねぎ　にんじん 大根　長ねぎ　ごぼう
30 月	御飯 中華風旨煮 野菜の中華和え	651	軟飯 中華風旨煮 野菜の中華和え	おかゆ 中華風旨煮 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	生姜　にんじん 茹でたけのこ　玉ねぎ　白菜 エリンギ　にんにく 冷凍枝豆　ほうれん草 きゅうり　もやし

＊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。