

令和3年度5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 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		
					カや熱のもとになる	からだをつくる	体の調子を整える
6 木	親子丼 大根とホタテのサラダ みそ汁	734	親子丼(軟飯) 大根とホタテのサラダ みそ汁	親子丼(おかゆ) 大根とホタテのサラダ みそ汁	米 三温糖 片栗粉 油 じゃがいも	飲用牛乳 鶏卵 肉 ホタテ 油揚げ みそ	玉ねぎ にんじん しめじ みつば 大根 きゅうり 小松菜
7 金	御飯 揚げじゃがいものそぼろ煮 わかめのごま酢和え	760	軟飯 揚げじゃがいものそぼろ煮 わかめのごま酢和え	おかゆ 揚げじゃがいものそぼろ煮 わかめのごま酢和え	米 じゃがいも 油 三温糖 片栗粉 白ごま	飲用牛乳 鯉節 肉 わかめ	にんじん 玉ねぎ 茹でたけのこ しいたけ 冷凍グリーンピース キャベツ
10 月	御飯 魚のマヨネーズ焼き 五目きんぴら わかめスープ	720	軟飯 魚のマヨネーズ焼き 五目きんぴら わかめスープ	おかゆ 魚のマヨネーズ焼き 五目きんぴら わかめスープ	米 マヨネーズ 三温糖 板こんにゃく 油	飲用牛乳 みそ 肉 魚(さばらの予定) わかめ 豆腐	にんにく ねぎ にんじん ごぼう 茹でたけのこ れんこん とうがらし えのきたけ 青梗菜
11 火	ココアパン ポトフ ひじきと豆のサラダ 抹茶寒天	756	パンがゆ ポトフ ひじきと豆のサラダ 抹茶寒天	パンがゆ(中期食はおかゆ) ポトフ ひじきと豆のサラダ 抹茶寒天	ココアパン じゃがいも 三温糖 油 砂糖	飲用牛乳 肉 ベーコン ひじき いんげん豆 寒天 生クリーム	玉ねぎ にんじん キャベツ マッシュルーム缶 アスパラガス きゅうり
12 水	たけのこ御飯 魚の薬味焼き のり和え みそ汁	747	軟飯 たけのこのささみあん 魚の薬味焼き のり和え みそ汁	おかゆ たけのこのささみあん 魚の薬味焼き のり和え みそ汁	米 三温糖 ごま油 じゃがいも	飲用牛乳 肉 魚(さばらの予定) 鯉節 のり もずく みそ	茹でたけのこ にんじん 冷凍むき枝豆 にんにく しょうが ねぎ えのきたけ 小松菜 キャベツ 玉ねぎ
13 木	御飯 ホイコーロー 春雨と卵の中華スープ	709	軟飯 ホイコーロー 春雨と卵の中華スープ	おかゆ ホイコーロー 春雨と卵の中華スープ	米 三温糖 片栗粉 油 春雨 ごま油	飲用牛乳 肉 みそ 鶏卵	しょうが ビーマン 赤シマン キャベツ 玉ねぎ にんじん 茹でたけのこ 青梗菜
14 金	御飯 とり肉のごまみそ焼き ツナとわかめのサラダ みそ汁 果物(オレンジの予定)	680	軟飯 とり肉のごまみそ焼き ツナとわかめのサラダ みそ汁 果物(オレンジの予定)	おかゆ とり肉のごまみそ焼き ツナとわかめのサラダ みそ汁 果物(オレンジの予定)	米 三温糖 白ごま 油 じゃがいも	飲用牛乳 肉 みそ ツナ缶 わかめ	しょうが きゅうり もやし 冷凍ホールコーン 玉ねぎ 小松菜 えのきたけ 果物(オレンジの予定)
17 月	御飯 肉豆腐 からし和え 果物(オレンジの予定)	665	軟飯 肉豆腐 からし和え 果物(オレンジの予定)	おかゆ 肉豆腐 からし和え 果物(オレンジの予定)	米 油 白滝 三温糖	飲用牛乳 豆腐 肉	にんじん 玉ねぎ 長ねぎ 小松菜 干し椎茸 もやし キャベツ フルーツ(オレンジの予定)
18 火	御飯 魚のムニエル 野菜とレーズンのサラダ 野菜スープ	719	軟飯 魚のムニエル 野菜とレーズンのサラダ 野菜スープ	おかゆ 魚のムニエル 野菜とレーズンのサラダ 野菜スープ	米 薄力粉 バター 油 三温糖 じゃがいも	飲用牛乳 ベーコン 魚(さげの予定)	キャベツ きゅうり 大根 にんじん 玉ねぎ セロリ レーズン
19 水	豚肉のしょうが焼き丼 大豆とひじきの煮物 けんちん汁	695	軟飯 豚肉のしょうが焼き丼(軟飯) 大豆とひじきの煮物 けんちん汁	おかゆ 豚肉のしょうが焼き丼(おかゆ) 大豆とひじきの煮物 けんちん汁	米 油 三温糖 さといも こんにゃく ごま油	飲用牛乳 肉 ひじき 油揚げ 大豆 みそ 豆腐	しょうが 玉ねぎ にんじん 大根 ねぎ ごぼう
20 木	あんかけ中華麺 カレーポテト 果物(冷凍パインの予定)	718	軟飯 あんかけ中華麺(軟らか中華麺) カレーポテト 果物(冷凍パインの予定)	あんかけ中華麺(軟らか冷麦) カレーポテト 果物(冷凍パインの予定)	中華麺 ごま油 油 片栗粉 くず粉 じゃがいも	飲用牛乳 肉	キャベツ 玉ねぎ にんじん にら もやし しょうが にんにく 果物(冷凍パインの予定)
21 金	御飯 五目厚焼き卵 おかか和え みそ汁	634	軟飯 五目厚焼き卵 おかか和え みそ汁	おかゆ 五目厚焼き卵 おかか和え みそ汁	米 油 三温糖	飲用牛乳 肉 鶏卵 鯉節 みそ じゃがいも	しいたけ にんじん ほうれん草 もやし キャベツ 玉ねぎ 長ねぎ
24 月	ミルクパン チリコンカン コーンサラダ フルーツボンチ	724	パンがゆ チリコンカン コーンサラダ フルーツボンチ	パンがゆ(中期食はおかゆ) チリコンカン コーンサラダ フルーツボンチ	ミルクパン じゃがいも 油 三温糖 薄力粉	飲用牛乳 大豆 ベーコン	玉ねぎ にんじん にんにく ホールの缶 冷凍グリーンピース 冷凍ホールコーン きゅうり キャベツ みかん缶 白桃缶 りんご缶
25 火	御飯 魚の西京焼き 梅肉和え 煮豆 なめこ汁	702	軟飯 魚の西京焼き 梅肉和え 煮豆 なめこ汁	おかゆ 魚の西京焼き 梅肉和え 煮豆 なめこ汁	米 三温糖	飲用牛乳 大豆 魚(さげの予定) みそ しらす 鯉節	きゅうり にんじん キャベツ 練り梅 なめこ 小松菜 大根 しょうが
26 水	御飯 中華風旨煮 しらすと野菜の中華和え	666	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 ごま	飲用牛乳 肉 えび しらす	しょうが にんじん 茹でたけのこ 玉ねぎ 白菜 エリンギ にんにく 冷凍むき枝豆 ほうれん草 きゅうり もやし
27 木	御飯 とりの照り焼き ゆかり和え わかたけ汁 果物(メロンの予定)	677	軟飯 とりの照り焼き ゆかり和え わかたけ汁 果物(メロンの予定)	おかゆ とりの照り焼き ゆかり和え わかたけ汁 果物(メロンの予定)	米	飲用牛乳 肉 わかめ	しょうが きゅうり にんじん 大根 キャベツ 茹でたけのこ 長ねぎ 果物(メロンの予定)
28 金	えびピラフ ツナとひじきのサラダ かぼちゃスープ	728	軟飯 エビピラフ(軟飯) ツナとひじきのサラダ かぼちゃスープ	おかゆ エビピラフ(おかゆ) ツナとひじきのサラダ かぼちゃスープ	米 油 バター 三温糖 白ごま じゃがいも 薄力粉	飲用牛乳 えび ツナ缶 ひじき ベーコン 生クリーム	マッシュルーム缶 玉ねぎ にんじん にんにく 冷凍むき枝豆 きゅうり キャベツ 冷凍ホールコーン かぼちゃ しょうが
31 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(メロンの予定)	759	軟飯 ターメリック軟飯 キーマカレー 大根としらすのサラダ 果物(メロンの予定)	ターメリックおかゆ キーマカレー 大根としらすのサラダ 果物(メロンの予定)	米 油 薄力粉 三温糖	飲用牛乳 肉 大豆 しらす 鯉節	にんじん 玉ねぎ しょうが マッシュルーム缶 にんにく ホールトマト缶 レモン果汁 大根 きゅうり 果物(メロンの予定)

\*献立は材料等の都合により変更することがあります。  
 \*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。

