

令和6年12月予定献立表



都立村山特別支援学校
校長 阿部 智子
栄養士 長内 ゆり

2日(月)			3日(火) 読み聞かせコラボ給食			4日(水)			5日(木)			6日(金)		
牛乳 ごはん みそ汁(白菜、油揚げ) さばのみそだれ 小松菜のごまあえ(高1) 花みかん			「きょうはなんてうんがいいんだろう」 牛乳 きのこカレー 野菜たっぷりスープ コロッケ りんごヨーグルト			牛乳 あんかけ焼きそば 豆腐とわかめのスープ 風味漬け 大学芋(小3)			牛乳 ごはん ほうれん草とえのきのスープ 鮭のポテトチーズ焼き 切干大根のケチャップ煮			牛乳 わかめしらすごはん たぬき汁 豆腐の野菜あんかけ(中2) ゆかり和え 抹茶フリン(小5)		
637kcal	561kcal	496kcal	689kcal	600kcal	514kcal	604kcal	499kcal	450kcal	609kcal	543kcal	468kcal	632kcal	548kcal	498kcal
9日(月)			10日(火)			11日(水)			12日(木)			13日(金)		
牛乳 手作りふりかけごはん みそ汁(大根、油揚げ) 肉じゃが ツナマヨネーズ和え			牛乳 ごはん すまし汁(かぶ、人参、白菜) さばの竜田揚げ みそおでん(高2) 磯和え			牛乳 ピザトースト(中2) クラムチャウダー コールスロー サイダーボンチ(小5)			牛乳 クッパ(高1) チャプチェ 黒ごまナムル 牛乳寒天			牛乳 ごはん みそ汁(小松菜、高野豆腐) トンテキ(小3・高1) 、ゆで野菜 切干大根の煮物 みかん		
625kcal	521kcal	447kcal	611kcal	527kcal	454kcal	644kcal	565kcal	520kcal	604kcal	575kcal	477kcal	601kcal	568kcal	479kcal
16日(月)			17日(火)			18日(水)			19日(木) 宮崎県の郷土料理			20日(金) 冬至(12月21日)		
牛乳 ごはん みそ汁(じゃがいも、玉ねぎ) おでん 白菜の柚香漬け フルーツ水ようかん(高3)			牛乳 海南チキンライス 白菜と卵のスープ 春雨サラダ ココナッツミルクゼリー			牛乳 スパゲティミートソース 千切り野菜のスープ(小1) 温野菜のサラダ りんごのコンポート			牛乳 ごはん みそ汁(豆腐、わかめ) チキン南蛮 お浸し			牛乳 ごはん みそ汁(冬野菜) 鮭の幽庵焼き かぼちゃの煮物 しらす和え		
603kcal	550kcal	488kcal	618kcal	587kcal	502kcal	616kcal	547kcal	488kcal	609kcal	528kcal	447kcal	594kcal	504kcal	441kcal
23日(月)			24日(火)			<div style="border: 1px dashed black; padding: 10px;"> <p>【献立表の説明】</p> <p>日付の右側は年中行事等を記載しています。普通食と形態食で料理名が異なる場合は、 []内に形態食の料理名を入れていきます。</p> <p>エネルギーは中高生のもので、左から、普通食、後期食、初中期食を記載しています。</p> <p>裏面は、各料理の使用食材を記載しています。</p> </div>								
牛乳 鶏ごぼうバーガー (鶏の照り焼き、ごぼうサラダ) 角切り野菜のスープ じゃがいもとベーコンのソテー ごまミルクプリン			牛乳 チキンライス 大豆入り野菜スープ ポテトサラダ(高2) 手作りフリン(小2・3)											
622kcal	609kcal	547kcal	634kcal	643kcal	543kcal									



令和6年12月予定使用食材

都立村山特別支援学校

日	牛乳	献立名(普通食)	赤の仲間血や肉になる	黄の仲間穀や力の元になる	緑の仲間味の調子を整える	その他	日	牛乳	献立名(普通食)	赤の仲間血や肉になる	黄の仲間穀や力の元になる	緑の仲間味の調子を整える	その他
2月	○	ごはん		米			12月	○	クッパ	豚肉, たまご	米, 油	玉葱, にんじん, はくさい, 干し椎茸, にら	
		みそ汁(白菜・油揚げ)	油揚げ(豆腐), みそ		はくさい, 玉葱				チャブチ	豚肉	砂糖, 油, 春雨, ごま	しょうが, にんにく, にんじん, もやし×, ピーマン	
		さばの味噌だれ	さば, みそ	砂糖, でんぷん	しょうが				黒ごまナムル		黒ごま, 砂糖, 油	こまつな, もやし×, にんじん, にんにく	
		小松菜のごまあえ		ごま, 砂糖	こまつな, にんじん, キャベツ				牛乳寒天	牛乳, 寒天	砂糖	みかん缶	
		花みかん			みかん				ご飯		米		
3月	○	カレーライス	豚肉, 牛乳	米, 油, はちみつ, バター, 小麦粉	しょうが, にんにく, 玉葱, しめじ×, まいたけ, にんじん, りんご	カレー粉	13月	○	みそ汁(小松菜・高野豆腐)	高野豆腐, みそ		こまつな, 玉葱	
		ポテトコロッケ	豚肉, おから×, たまご×	じゃがいも, 油, 小麦粉×, パン粉	玉葱				トンテキ	豚肉	砂糖, でんぷん	にんにく	
		野菜たっぷりスープ		油	かぶ, 玉葱, にんじん, キャベツ, セロリー×				ゆで野菜			キャベツ, きゅうり, にんじん	
		りんごヨーグルト	プレーンヨーグルト	砂糖	りんご, レモン				切り干し大根の煮物	油揚げ(豆腐)	油, 砂糖	切干しだいこん, にんじん	
4月	○	あんかけ焼きそば	豚肉, いか, えび	中華めん(冷麦), 油, 砂糖, でんぷん	にんじん, 玉葱, はくさい, もやし×, しょうが, にら	オイスターソース	16月	○	みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ)	みそ	じゃがいも	玉葱	
		豆腐とわかめのスープ	豆腐, わかめ	油, ごま×	ねぎ(玉葱)				おでん	こんぶ, 鶏肉×, 生揚げ(豆腐), はんぺん×, さつま揚げ×, 竹輪×, つみれ×(かじき)	砂糖, こんにゃく	だいこん, にんじん	
		風味漬け		砂糖	キャベツ, こまつな, にんじん	昆布茶			白菜と大根の柚香漬け	昆布	砂糖	はくさい, だいこん, ゆず	
		大学芋		さつまいも, 油(バター), 砂糖, ごま					フルーツ水ようかん	寒天, こしあん	砂糖	白桃缶, みかん缶	
5月	○	ごはん		米			17月	○	海南チキンライス	鶏肉	米, 油	しょうが, きゅうり, ねぎ×, レモン	
		ほうれん草とえのきスープ	ベーコン×		ほうれん草, 玉葱, にんじん, えのき				白菜と卵のスープ	たまご	でんぷん	玉葱, はくさい, 万能ねぎ×	
		鮭のポテトチーズ焼き	銀鮭, 牛乳, チーズ	じゃがいも, バター					春雨サラダ		はるさめ, 油, 砂糖	もやし×, キャベツ, にんじん, ピーマン	
		切り干し大根のケチャップ煮	豚肉×	油, 砂糖	切干しだいこん, 玉葱, にんじん, ピーマン				ココナツミルクゼリー	寒天, 牛乳, 生クリーム	ココナツパウダー, 砂糖	パイン缶	
6月	○	わかめしらすごはん	しらす干し, わかめ	米, ごま×			18月	○	スパゲティミートソース	豚肉, チーズ	スパゲティ, 油, 砂糖, 小麦粉	しょうが, にんにく, 玉葱, にんじん, セロリー, ビューレ	ナンブラー, カレー粉
		たぬき汁	油揚げ(豆腐), みそ	油, こんにゃく	だいこん, ごぼう, はくさい, にんじん, ねぎ×				角切り野菜のスープ			かぶ, 玉葱, にんじん, セロリー×	
		豆腐の野菜あんかけ	豆腐, 豚肉×	油, でんぷん	にんじん, 玉葱, さやいんげん, しょうが				温野菜サラダ		じゃがいも, 油, 砂糖	ブロッコリー, にんじん, にんにく	
		ゆかり和え			キャベツ, きゅうり	ゆかり			りんごコンポート		砂糖	りんご, レモン	
		抹茶プリン	寒天, 牛乳, 生クリーム, あずき	砂糖		抹茶			ご飯		米		
9月	○	ごはん		米			19月	○	みそ汁(豆腐・わかめ)	豆腐, わかめ, みそ		えのき	
		手作りふりかけ	かつお節	砂糖, ごま					チキン南蛮	鶏肉, たまご, 牛乳	小麦粉×, でんぷん, 油, 砂糖, ノンエッグマヨ	にんにく, しょうが, 玉葱	
		みそ汁(大根・油揚げ)	油揚げ(豆腐), みそ		だいこん				おひたし	かつお節		キャベツ, にんじん, こまつな	
		肉じゃが	豚肉	じゃがいも, 糸こんにゃく, 油, 砂糖	玉葱, にんじん				ご飯		米		
		ツナマヨネーズ和え	ツナ	ごま, 砂糖, ノンエッグマヨ, ごま	キャベツ, こまつな, にんじん				みそ汁(冬野菜)	生揚げ(豆腐), みそ		だいこん, はくさい	
10月	○	ごはん		米			20月	○	鮭の幽庵焼き	銀鮭		ゆず	
		ずまし汁(かぶ・人参・白菜)			かぶ, にんじん, はくさい				かぼちゃの煮物		砂糖	かぼちゃ	
		さばの竜田揚げ	さば	小麦粉×, でんぷん, 油	しょうが				しらす和え	しらす干し	油	キャベツ, こまつな, にんじん	
		みそおでん	生揚げ(豆腐), みそ	さといも, こんにゃく, 砂糖, でんぷん	だいこん				パンズパン		パン		
		磯あえ	のり	油	こまつな, キャベツ, えのき				鶏肉の照り焼き	鶏肉, のり	砂糖, でんぷん	しょうが	
		ビザトースト	ハム(豚肉), チーズ	パン, 油, 砂糖	にんにく, 玉葱, ビューレ, ピーマン, マッシュルーム				ごぼうサラダ		油, 砂糖, ノンエッグマヨ, ごま	にんじん, ごぼう, きゅうり	
11月	○	クラムチャウダー	鶏肉, あさり(ほたて), 牛乳	じゃがいも, 油, バター, 米粉×	にんじん, 玉葱, セロリー		23月	○	千切り野菜のスープ			キャベツ, 玉葱, にんじん, セロリー×	
		コールスロー		油, 砂糖	キャベツ, きゅうり, にんじん, 玉葱, りんご				じゃがいもとベーコンのソテー	ベーコン×	じゃがいも, バター, 油	玉葱	
		サイダーポンチ			みかん缶, パイン缶, 白桃缶	サイダー			ごまミルクプリン	牛乳, 寒天	砂糖, ごま, 黒砂糖, 水あめ		
		チキンライス	鶏肉		米, おおむぎ×, 油, バター				大豆入り野菜スープ	ベーコン×, 大豆		かぶ, 玉葱, にんじん, キャベツ	
		ポテトサラダ			じゃがいも, ノンエッグマヨ				プリン	たまご×, 牛乳, (エバミルク)	砂糖	にんじん, きゅうり	

*普通食で使用して、形態食で使用しない食材には×、形態食にのみ使用する食材には○、普通食と異なる食材を使用する場合は()内に記載しています。
 *その他の欄には、基本調味料(塩、しょうゆ、酢、みりん、酒、ワイン、ソース、ケチャップ)は記載していません。
 *ほとんど毎日、形態食には、バター、長芋、くず粉、寒天、パン粉、玉ねぎ、ささみを使用しています。
 *形態食では、チーズの代わりにクリームチーズを使用します。