

令和7年2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

3日(月) 節分(2月2日)			4日(火)			5日(水)			6日(木)			初午・抹茶の日			7日(金)		
牛乳 大豆しらすごはん すまし汁(鬼かまぼこ) 豆腐の野菜あんかけ じゃがいもの香味和え カルピスゼリー			牛乳 アーモンドトースト クリームシチュー トマトとカッテージチーズのサラダ			牛乳 ごはん みそ汁(さつまいも、玉ねぎ) さばの塩焼き きんぴらごぼう 磯和え			牛乳 こぎつねごはん みそ汁(白菜、しめじ) 高野豆腐の卵とじ キャベツのおかか和え 抹茶プリン			牛乳 けんちんうどん ポテトたこ揚げ 小松菜のごま和え フルーツ梅寒天			610kcal 553kcal 492kcal 609kcal 545kcal 479kcal 628kcal 538kcal 473kcal 615kcal 554kcal 512kcal 600kcal 534kcal 518kcal		
10日(月)			11日(火) 建国記念の日			12日(水)			13日(木)			14日(金)					
牛乳 ごはん 豆腐とわかめのスープ 肉団子の甘酢あんかけ 黒ごまナムル						牛乳 セルフフルーツクリームパン (コッペパン、フルーツクリーム) 大豆入り野菜スープ スペイン風オムレツ			牛乳 ごはん かきたま汁 魚のマヨネーズ焼き けんちん煮 りんごゼリー			牛乳 カレーピラフ 白菜のスープ 豆とツナのサラダ ガトーショコラ(チョコプリン)			651kcal 529kcal 440kcal 602kcal 556kcal 531kcal 610kcal 585kcal 517kcal 623kcal 556kcal 476kcal		
651kcal 529kcal 440kcal						19日(水) 大分県の郷土料理			20日(木)			21日(金)					
17日(月)			18日(火)			19日(水)			20日(木)			21日(金)					
牛乳 ごはん 具だくさんみそ汁 とりつくね ゆかり和え			牛乳 キーマカレー 千切り野菜のスープ ピクルス フルーツヨーグルト			牛乳 鶏飯(とりめし) のっぺ汁 とり天 お浸し			牛乳 ごはん みそ汁(大根、油揚げ) 豚肉のしょうが焼き ゆでキャベツ マセドアンサラダ			牛乳 ツナトマトスパゲティ じゃがいものスープ コーンコールスロー 清見			609kcal 479kcal 410kcal 627kcal 607kcal 547kcal 605kcal 519kcal 456kcal 607kcal 518kcal 427kcal 622kcal 515kcal 501kcal		
24日(月) 天皇誕生日			25日(火)			26日(水)			27日(木)			28日(金)					
			牛乳 ビビンバ 大根とわかめのスープ 白菜の甘酢和え ミルクゼリーいちごソース			牛乳 ごはん すまし汁(かぶ、人参、小松菜) 魚の葱みそ焼き ひじきの五目煮 黒ごま豆乳プリン			牛乳 レーズンパン ミネストローネ チキンマカロニグラタン オーロラサラダ			牛乳 ごはん 白菜と卵のスープ 蒸し餃子 ささみと野菜のごまだれ キャラメルポテト			629kcal 581kcal 494kcal 624kcal 576kcal 506kcal 614kcal 554kcal 499kcal 647kcal 549kcal 499kcal		

大豆の“豆”知識

大豆は、体を作るたんぱく質を多く含むことから、「畑の肉」と呼ばれます。煮豆など料理に使われるほか、様々な食品に加工され、日本人の食卓に欠かせない食べ物です。給食でも、様々な大豆製品を使用しています。



令和7年2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	黄の仲間熱や力の元になる	緑の仲間体の調子を整える	その他	日	牛乳	献立名(普通食)	赤の仲間血や肉になる	黄の仲間熱や力の元になる	緑の仲間体の調子を整える	その他	
3月	○	大豆しらすごはん	大豆、しらす干し	米			17月	○	ご飯		米			
		すまし汁(鬼かまぼこ)	かまぼこ(はんぺん)		えのき、こまつな					具だくさんみそ汁	油揚げ(豆腐)、みそ	さつまいも、油	ごぼう、だいこん、にんじん	
		豆腐の野菜あんかけ	豆腐、豚肉×	油、でんぶん	にんじん、もやし×、玉葱、万能ねぎ×、しょうが					とりつくね	鶏肉、豆腐×、牛乳×、たまご×、みそ	パン粉、砂糖、でんぶん	ねぎ×、しょうが	
		じゃがいもの香味和え	あおのり	じゃがいも、ノンエッグマヨ、ごま						ゆかり和え			キャベツ、きゅうり	ゆかり
		カルピスゼリー	寒天、カルピス		みかん缶					キーマカレー	豚肉	米、油、小麦粉、バター	しょうが、にんにく、玉葱、にんじん、ピーマン、りんご、トマト缶	カレー粉
4火	○	アーモンドトースト		パン、バター、砂糖、アーモンド			18火	○	千切り野菜のスープ			キャベツ、玉葱、にんじん、セロリー×		
		クリームシチュー	鶏肉、牛乳	じゃがいも、バター、米粉×	にんじん、玉葱、しめじ(椎茸)、フロッコリー					ピクルス		砂糖、油	きゅうり、かぶ、赤ピーマン、黄ピーマン	
		トマトと加ナジチーズのサラダ	牛乳	砂糖、油	トマト、キャベツ、きゅうり、レモン					フルーツヨーグルト	ヨーグルト	砂糖	白桃缶、みかん缶、パイナップル	
5水	○	ご飯		米			19水	○	鶏めし	鶏肉	米、油、砂糖	ごぼう		
		みそ汁(さつま芋・玉ねぎ)	生揚げ(豆腐)、みそ	さつまいも	玉葱					のっぺ汁	油揚げ(豆腐)	油、こんにゃく	ごぼう、だいこん、にんじん、干し椎茸	
		さばの塩焼き	さば							とり天	鶏肉、たまご×	砂糖、油、小麦粉、米粉×	しょうが、×にんにく×	
		きんぴらごぼう		糸こんにゃく、油、砂糖	にんじん、ごぼう					おひたし	かつお節		こまつな、キャベツ、にんじん	
		磯あえ	のり	油	こまつな、キャベツ、えのき					ごはん		米		
6木	○	こぎつねご飯	油揚げ(豆腐)、鶏肉	米、砂糖	にんじん		20木	○	みそ汁(大根・油揚げ)	油揚げ(豆腐)、みそ		だいこん		
		みそ汁(白菜・しめじ)	みそ		はくさい、しめじ(えのき)					豚肉のしょうが焼き	豚肉	砂糖、油、でんぶん	しょうが	
		高野豆腐の卵とじ	高野豆腐、たまご	砂糖	にんじん、玉葱、万能ねぎ×					ゆで野菜			キャベツ	
		キャベツのおかか和え	わかめ、かつお節		キャベツ					マセアンサラダ	ヨーグルト	じゃがいも、ノンエッグマヨ	にんじん、きゅうり	
		抹茶プリン	寒天、牛乳、生クリーム、あずき	砂糖		抹茶				ツナトマトスパゲティ	ツナ(かじき)、スキムミルク、粉チーズ	スパゲティ、油、砂糖	にんにく、玉葱、トマト缶	
7金	○	けんちんうどん	鶏肉、油揚げ(豆腐)	うどん、油、さといも	にんじん、ごぼう、だいこん、ねぎ(玉ねぎ)		21金	○	じゃがいものスープ			玉葱		
		ポテトたこあげ	たこ、たまご×、あおのり、かつお節	じゃがいも、でんぶん、小麦粉、油、砂糖	ねぎ×					コーンコールスロー		油、砂糖	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン、玉葱、りんご	
		小松菜のごまあえ		ごま、砂糖	こまつな、にんじん、キャベツ					果物(きよみ)			きよみ	
		フルーツ梅寒天	寒天	砂糖、梅シロップ	みかん缶、黄桃缶、白桃缶					ビビンバ	豚肉、みそ、たまご	米、砂糖、油、ごま×、はちみつ	しょうが、にんにく、もやし×、にんじん、ほうれんそう	コチュジャン
10月	○	ご飯		米			25火	○	大根とわかめのスープ	わかめ	ごま×、油	だいこん		
		豆腐とわかめのスープ	豆腐、わかめ	油、ごま×						白菜の甘酢和え		砂糖、油	はくさい	
		肉団子の甘酢あんかけ	豚肉、豆腐×、たまご×	でんぶん、じゃがいも、油、砂糖	玉葱、しょうが、にんじん、ピーマン					ミルクゼリー苺ソース	牛乳、寒天	砂糖	いちご	水
		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					ごはん		米		
12水	○	セルフフルーツクリームパン	ヨーグルト、生クリーム	パン、砂糖	みかん缶、パイナップル、白桃缶		26水	○	すまし汁(かぶ・人参・青菜)			かぶ、にんじん、こまつな		
		大豆入り野菜スープ	鶏肉×、大豆		かぶ、玉葱、にんじん、キャベツ					さわらの葱みそ焼き	さわら、みそ	砂糖	しょうが、ねぎ	
		スペイン風オムレツ	ハム×、チーズ、たまご、(豆腐)	じゃがいも、油、でんぶん	玉葱、ほうれんそう					ひじきの五目煮	大豆、ひじき、油揚げ(豆腐)	糸こんにゃく、油、砂糖	にんじん	
13木	○	ごはん		米			27木	○	黒ごま豆腐プリン	豆腐、寒天、生クリーム	ごま、砂糖、黒砂糖、水あめ			
		かきたま汁	たまご	でんぶん	ほうれんそう、玉葱					ぶどうパン		パン		
		鮭のマヨネーズ焼き	銀鮭、みそ	小麦粉、ごま、ノンエッグマヨ	万能ねぎ					ミネストローネ	豚肉×	油、じゃがいも、砂糖	玉葱、にんじん、かぶ、セロリー、×トマト缶	
		けんちん煮	豆腐	油、砂糖	だいこん、にんじん					チキンマカロニグラタン	鶏肉、牛乳、粉チーズ	マカロニ、油、小麦粉、バター、パン粉	玉葱、しめじ(マッシュルーム)	
		りんごゼリー	寒天	砂糖	りんごジュース					オーロラサラダ		ノンエッグマヨ、砂糖	キャベツ、きゅうり、にんじん	
14金	○	カレーピラフ	豚肉	米、バター、油	にんじん、玉葱、ピーマン	カレー粉	28金	○	ごはん		米			
		白菜のスープ			はくさい、玉葱、にんじん					白菜と卵のスープ	たまご	でんぶん	玉葱、はくさい、万能ねぎ×	
		豆とツナのサラダ	金時豆、ツナ×	じゃがいも、油、砂糖	キャベツ、きゅうり、コーン、玉葱、りんご					蒸し餃子	豚肉	ぎょうざの皮×、砂糖、油	キャベツ、にら、にんにく、しょうが	
		ガトーショコラ	たまご×、(ココア、牛乳、生クリーム)	チョコレート×、バター×、砂糖						ささみと野菜のごまだれ	ささ身	油、砂糖、ごま	キャベツ、こまつな、にんじん	
							キャラメルポテト	生クリーム	さつまいも、油、砂糖、バター					

*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。