

令和7年 1月予定献立表

都立水元特別支援学校

月		火		水		木		金	
1・2月 きゅうしょくもくひょう		<p style="text-align: center;">がっ ちち ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん 1月24～30日は「全国学校給食週間」です！</p> <p style="text-align: center;">きゅうしょく はじ ひ きゅうしょく れきし やくわり まな きかん ちち どうきょうと 給食が始まった日にちなんで、給食の歴史や、役割について学ぶ期間です。24～30日は、東京都にちなんだ こんだて りくえすと めにゆー い きゅうしょく たいせつ どうじつ きゅうしょくめも つた 献立やリクエストメニューを入れました。給食で大切にしていることも、当日の給食メモで伝えていきます。</p>							
		8 557 kcal		9 554 kcal		10 500 kcal			
		【おしよがっ こんだて】		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	
		ぎゅうにゅう		ごはん		ごはん		きなこあげパン	
		ごはん		にくどうふ		にくどうふ		たっぷりやさいのカレースープ	
		ぶりのてりやき		はくさいのごまみそあえ		はくさいのごまみそあえ		れんこんサラダ	
		こうはくなます		ごもくみそしる		ごもくみそしる			
		やさいのにしめ							
		みそしる							
13		14	521 kcal	15	487 kcal	16	503 kcal	17	482 kcal
せいじんのひ		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	
		ごはん		ごもくたきこみごはん		ごはん		たっぷりやさいのみそラーメン	
		たまごとぶたにくのいためもの		さわらのさいきょうやき		ぶたにくのごましゃぶ		のりしおポテト	
		かぶのちゅうかあえ		やさいとこんぶのあえもの		こまつなのしらすあえ		あんにくどうふ	
		はくさいとはるさめのスープ		けんちんじる		やさいじる			
									
									
20	528 kcal	21	526 kcal	22	572 kcal	23	502 kcal	24	485 kcal
【かみかみ メニュー】		ぎゅうにゅう		【カレーライスのひ こんだて】		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	
ぎゅうにゅう		むぎごはん		ぎゅうにゅう		きつねうどん		ごはん	
たまごときのこのピラフ		さばのなんばんづけ		チキンカレーライス		やさいとわかめのすのもの		とりにくのこうみじょうゆやき	
かみかみかんてんサラダ		ゆかりあえ		ふゆのグリーンサラダ		いちごヨーグルト		キャベツのいそあえ	
ミネストローネスープ		こまつなとあぶらあげのごまいため		くだもの(りんご)				こまつなのびたし	
ぶどうゼリー		みそしる						とんじる	
									
									
27	474 kcal	28	507 kcal	29	577 kcal	30	577 kcal	31	
【とうきょうとの しょくざい】		ぎゅうにゅう		【とうきょうとの しょくざい】		【とうきょうとの しょくざい】			
ぎゅうにゅう		こくさんこむぎこのまるパン		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		こうかいけんきゅうかい	
ごはん		とりにくとはくさいのシチュー		ごはん		ぶたにくのすきやきどん		(きゅうしょく なし)	
さけのちゃんちゃんやき		だいずとコーンのサラダ		むろあじのメンチカツ		あしたばのねりごまあえ			
こまつなごまあえ		くだもの(りんご)		ちぐさあえ		だいがくいも			
きのこじる				みそしる		みそしる			
									
									

※都合により献立が変更になる場合があります。裏面に使用食材を記入しています。栄養価は小学部低学年の数値です。小学部高学年は、1.2倍、中学部は、1.4倍になります。