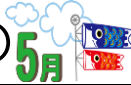




都立永福学園月間予定献立表 (肢体不自由教育部門)



6月19日(水)に学校給食試食会が実施されます。

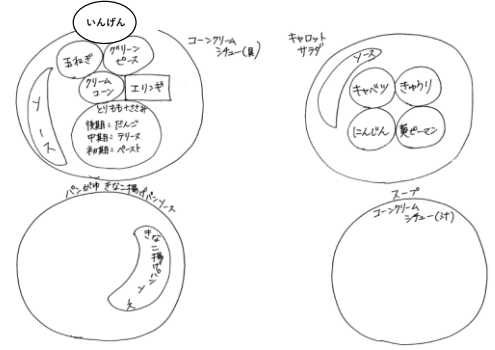
詳細は5月中旬に配布されるプリントをご覧ください。

日	献立名	普通食			普通食	中期食
		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	たんぱく質 脂質 食塩相当量	たんぱく質 脂質 食塩相当量
1 水	牛乳 わかめごはん 豆腐と筍の具だくさん汁 鶏の照り焼き 切干大根のおかか和え 抹茶ミルクゼリー	牛乳,木綿豆腐,若鶏 モモ(皮なし),鯉糸削り(おかか),寒天,生クリーム(乳脂肪)	精白米,おおむぎ(米粒麦),白煎りごま,油,上白糖,甘納豆(あずき)	たけのこ(水煮),ねぎ,さやえんどう,生巻,切干だいこん,ほうれんそう,にんじん	562 kcal 26.6 g 17.7 g 2.4 g	502 kcal 21.2 g 16.8 g 1.8 g
5月1日(水)は八十八夜。デザートは抹茶ミルクゼリーです						
2 木	牛乳 ごはん さつま汁 フィッシュ油系 タルトソース(豆乳マヨ) 付け合わせ みかんゼリー	牛乳,豚モモ,米みそ,なます,豆腐,寒天	精白米,おおむぎ(米粒麦),油,こんにゃく,さつまいも,ごま油,薄力粉,上白糖	だいこん,ごぼう,にんじん,ねぎ,生姜,玉葱,きゅうり,ピクルス,レモン,キャベツ,ミニトマト,みかん缶,みかんジュース	601 kcal 23.7 g 19.6 g 2.0 g	544 kcal 22.5 g 18.5 g 1.3 g
7 火	牛乳 あぶら餅 みそ汁 大根のべっこう煮 芋ようかん	牛乳,笹かま,たまご,米みそ,豚 肩肉,寒天	精白米,おおむぎ(米粒麦),油,つきこんにゃく,上白糖,さつまいも	にんじん,玉葱,干し椎茸,さやえんどう,かぼちゃ,だいこん,えだまめ(冷凍)	613 kcal 22.5 g 18.5 g 2.3 g	553 kcal 24.9 g 16.7 g 3.0 g
8 水	牛乳 ごはん 沢煮焼 魚の花園焼き 粉ふき芋 野菜のごま酢和え	牛乳,豚 肩肉,生鮭,フロセスチーズ,豆腐,あおのり	精白米,おおむぎ(米粒麦),油,上白糖,じゃがいも,白煎りごま	たけのこ(水煮),にんじん,だいこん,干し椎茸,ねぎ,根みつば,黄ピーマン,赤ピーマン,青ピーマン,玉葱,きゅうり,もやし	563 kcal 27.3 g 19.1 g 1.4 g	521 kcal 24.3 g 16.0 g 1.8 g
9 木	牛乳 ナン キーマカレー 赤いドレッシングのサラダ チャイゼリー	牛乳,無添加ベーコン,豚ひき肉,高野豆腐,レンズ豆,粉チーズ,豆腐,寒天,調理用牛乳,生クリーム(乳脂肪)	ナン,有塩バター,油,上白糖,じゃがいも	にんにく,セロリ,生姜,玉葱,にんじん,トマトピューレ,キャベツ,トマトケチャップ	524 kcal 22.5 g 24.7 g 1.7 g	632 kcal 29.2 g 29.4 g 1.9 g
10 金	牛乳 ごはん 中華風コンソープ 回鍋肉 杏仁豆腐	牛乳,無添加ロースハム,たまご,豚 肩肉,甜麺菜,寒天	精白米,おおむぎ(米粒麦),油,上白糖,かたくり粉	玉葱,にんじん,ホールコーン,クリームコーン,ほうれんそう,にんにく,生姜,キャベツ,青ピーマン,みかん缶,パイナップル,黄桃(缶詰)	581 kcal 21.9 g 16.7 g 1.7 g	543 kcal 27.1 g 14.4 g 1.5 g
13 月	牛乳 チキンライス クラムチャウダー フレンチサラダ	牛乳,若鶏 モモ(皮なし),木綿豆腐,油揚げ,米みそ,あじ(骨皮なし),豚ひき肉,たまご,かつお加工品(削り節),焼きのり,あずき(こし)寒天	精白米,有塩バター,オリーブ油,油,じゃがいも,薄力粉,上白糖	にんにく,にんじん,マッシュルーム(水煮缶詰),玉葱,グリーンピース(冷凍),トマトケチャップ,セロリ,キャベツ,きゅうり,赤ピーマン	576 kcal 21.6 g 20.5 g 2.5 g	503 kcal 24.9 g 16.0 g 1.6 g
14 火	牛乳 ごはん 早苗汁 さんが焼き 切干大根のりおえ・水ようかん	牛乳,若鶏 モモ(皮なし),木綿豆腐,油揚げ,米みそ,あじ(骨皮なし),豚ひき肉,たまご,かつお加工品(削り節),焼きのり,あずき(こし)寒天	精白米,おおむぎ(米粒麦),薄力粉,上白糖	にんじん,たけのこ(水煮),ゆきゆで,生姜,ねぎ,大葉,切干だいこん,ほうれんそう,黄桃(缶詰)	625 kcal 30.5 g 18.2 g 2.1 g	560 kcal 29.1 g 12.9 g 1.8 g
15 水	牛乳 ソースかつ丼 具だくさんみそ汁 青菜とツナの和え物	牛乳,モカサメ,たまご,米みそ,まぐろ缶詰(油漬ルー和付)	精白米,おおむぎ(米粒麦),薄力粉,パン粉(乾燥),パン粉(半生),油,上白糖,じゃがいも	トマトケチャップ,キャベツ,ごま油,にんじん,だいこん,ねぎ,ひらたけ,ほうれんそう,とうもろこし,赤ピーマン,玉葱	629 kcal 26.2 g 23.6 g 2.4 g	534 kcal 24.5 g 19.7 g 2.1 g
16 木	牛乳 かつおめし そうめん汁 厚揚げのキャベツ和え 果物盛り合わせ	牛乳,かつお(春獲り),木綿豆腐,焼き竹輪,生揚げ	精白米,おおむぎ(米粒麦),薄力粉,パン粉(乾燥),パン粉(半生),油,上白糖,じゃがいも	生姜,にんじん,さやえんどう,干し椎茸,万能ねぎ,キャベツ,赤ピーマン,アンズメロン M,黄桃(缶詰)	594 kcal 24.2 g 18.4 g 2.2 g	520 kcal 25.9 g 14.3 g 1.8 g
17 金	牛乳 しょうゆラーメン きゅうりと大根の華風漬け ヨーグルトポンチ	牛乳,豚 肩肉,ヨーグルト(プレーン),寒天	蒸し中華めん,油,ラード,ごま油,上白糖	生姜,にんにく,玉葱,もやし,にんじん,たけのこ(水煮),だいこん,きゅうり,みかん缶,パイナップル,黄桃(缶詰)	584 kcal 22.7 g 24.3 g 2.4 g	535 kcal 27.0 g 20.1 g 1.9 g
20 月	牛乳 ごはん 豚汁 魚の南蛮漬け ひじきのごま和え 黒糖ミルクゼリー(きなこソース)	牛乳,豚モモ(脂肪なし),米みそ,メルルーサ,干ひじき,寒天,調理用牛乳	精白米,おおむぎ(米粒麦),油,じゃがいも,でんぷん,薄力粉,上白糖,白煎りごま,黒砂糖	ごぼう,にんじん,だいこん,ねぎ,ごま油,生姜,キャベツ,さやえんどう	593 kcal 25.9 g 17.7 g 2.1 g	560 kcal 26.4 g 18.1 g 1.8 g

日	献立名	普通食			普通食	中期食
		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	たんぱく質 脂質 食塩相当量	たんぱく質 脂質 食塩相当量
21 火	牛乳 きなこ揚げパン&ミルクパン コーンクリームシチュー キャロットサラダ	牛乳,きな粉(大豆),若鶏モモ(皮なし)	精白米,おおむぎ(米粒麦),油,上白糖,じゃがいも,オリーブ油	にんにく,にんじん,玉葱,マッシュルーム(水煮缶詰),さやえんどう,クリームコーン,ホールコーン,キャベツ,きゅうり,レーズン,黄ピーマン	634 kcal 24.4 g 25.8 g 2.4 g	573 kcal 25.9 g 23.1 g 2.5 g
22 水	牛乳 三色丼 ごまけんちん汁 あんみつ	牛乳,豚ひき肉,高野豆腐,たまご,寒天,あずき(こし)	精白米,おおむぎ(米粒麦),油,上白糖,じゃがいも(皮つき),生,練りごま,黒砂糖	生姜,ほうれんそう,ごぼう,だいこん,にんじん,ねぎ,黄桃(缶詰),みかん缶(果肉のみ)	607 kcal 24.2 g 21.9 g 1.6 g	540 kcal 25.9 g 16.3 g 1.3 g
23 木	牛乳 ごはん 酸辣湯 ユージンチー チャーホーサイ	牛乳,若鶏 モモ(皮なし),木綿豆腐,たまご,豚 肩肉	精白米,おおむぎ(米粒麦),油,上白糖,でんぷん,薄力粉,油,白煎りごま,緑豆はるさめ,ごま油	えのきたけ,きくらげ(乾),たけのこ(水煮),チンゲンツァイ,ねぎ,にんにく,生姜,にんじん,もやし,キャベツ,ごま油	626 kcal 28.9 g 21.6 g 1.7 g	438 kcal 20.3 g 14.5 g 1.4 g
24 金	牛乳 ごはん すまし汁 魚のむぎみそ焼き おかか和え さつまいもミルクゼリー	牛乳,生わかめ,さわら,赤みそ,かつお加工品(削り節),調理用牛乳,生クリーム(乳脂肪),寒天	精白米,おおむぎ(米粒麦),油,上白糖,ごま(いり),さつまいも	ひらたけ,だいこん,キャベツ,ほうれんそう,にんじん	588 kcal 25.1 g 19.8 g 1.7 g	568 kcal 25.9 g 20.5 g 1.8 g
27 月	牛乳 ご飯 中華スープ 家常豆腐 ごまドレッシング フルーツミルクゼリー	牛乳,豚 モモ肉,赤みそ,甜麺菜,生揚げ,ボンレスハム,寒天	精白米,おおむぎ(米粒麦),ごま油,白煎りごま,上白糖,でんぷん,練りごま,油	チンゲンツァイ,きくらげ(乾),ねぎ,生姜,にんにく,にんじん,たけのこ(水煮),干し椎茸,キャベツ,青ピーマン,きゅうり,もやし,赤ピーマン,レモン,生姜,黄桃(缶詰) パイン缶詰	603 kcal 26.5 g 21.9 g 2.4 g	533 kcal 28.5 g 16.0 g 2.3 g
28 火	牛乳 五目鶏めし 飛鳥汁 新じゃがのそぼろ煮 甘夏	牛乳,若鶏 モモ(皮なし),油揚げ,豚 モモ肉,木綿豆腐,米みそ,調理用牛乳,豚ひき肉	精白米,もち米,上白糖,油,さといも,じゃがいも	ごぼう,干し椎茸,にんじん,えだまめ(冷凍),だいこん,玉葱,万能ねぎ,生姜,さやえんどう,甘夏のみかん	566 kcal 25.2 g 16.1 g 2.4 g	521 kcal 26.7 g 13.1 g 2.4 g
29 水	牛乳 もやしチャーハン 春雨スープ レバーとじゃがいもの揚げ煮	牛乳,豚 モモ肉,たまご,豚 肝臓,米みそ	精白米,おおむぎ(米粒麦),ごま油,油,緑豆はるさめ,白煎りごま,かたくり粉,じゃがいも,上白糖	ねぎ,にんじん,青ピーマン,もやし,たけのこ(水煮),干し椎茸,生姜(汁のみ),万能ねぎ,生姜,トマトケチャップ	569 kcal 22.4 g 20.0 g 2.2 g	515 kcal 26.0 g 17.9 g 2.0 g
30 木	牛乳 ごはん 具だくさんみそ汁 魚のみそれソース ひじきサラダ 黒ごまプリン	牛乳,米みそ,モカサメ,干し椎茸,ボンレスハム,調理用牛乳,寒天,生クリーム(乳脂肪)	精白米,おおむぎ(米粒麦),ごま油,白煎りごま,油,ごま油,練りごま	ごま油,にんじん,だいこん,ねぎ,ひらたけ,もやし,きゅうり,とうもろこし(粉),えだまめ(冷凍)	638 kcal 24.9 g 26.1 g 2.2 g	593 kcal 24.9 g 23.8 g 1.7 g
31 金	牛乳 ふたキャベツ 汁ピーマン 切干大根のナムル	牛乳,豚 肩肉,米みそ,若鶏 モモ(皮なし),まぐろ缶詰(味付ルー)	精白米,おおむぎ(米粒麦),油,上白糖,ごま油,ピーマン,白煎りごま	生姜,玉葱,にんじん,キャベツ,たまご,かたくり粉,きくらげ(乾),ねぎ,ごま油,切干だいこん,大豆もやし,ほうれんそう,赤ピーマン	577 kcal 26.6 g 18.4 g 2.2 g	512 kcal 27.7 g 17.2 g 2.2 g

※食材の納入等の都合により献立を変更する場合があります。あらかじめご了承ください。
※エネルギー等は中高生量の値です。

- ※形態食について
(後期食・中期食・初期食)
- ・ごはんかゆ
 - ・めん類→軟麺もしくはマカロニがゆ
 - ・パン→パンがゆ
 - ・普通食の食材を基本の一部、食材を変えて調理しています。
(例: もやし→かぶ、小松菜→ほうれん草)



5月平均 (21回)	
普通食	中期食
594 kcal	538 kcal
24.9 g	25.6 g
20.6 g	17.9 g
2.1 g	1.9 g

〈例〉
21日の
献立

