

都立永福学園月間予定献立表（肢体不自由教育部門）6月

日	献立名	普通食			普通食	中期食	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			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
2月	牛乳 鮭菜めし 豚汁 ゆかり和え フルーツ黒蜜寒天	牛乳,ぎんざけ,たまご,豚肉,粉寒天	精白米,おおむぎ,油,砂糖,油,じゃがいも,黒砂糖	こまつな,ごぼう,にんじん,だいこん,キャベツ,もやし,パインアップル缶,黄桃缶	548 kcal 22.3 g 18.5 g 2.0 g	563 kcal 26.2 g 15.4 g 2.4 g	18水	牛乳 コーンピラフ マカロニスープ トマトサラダごまドレッシング コービー牛乳ゼリー	牛乳,ショルダーベーコン,ツナ缶,粉寒天	精白米,おおむぎ,バター,油,マカロニ,ごま,砂糖	たまねぎ,にんじん,ホールコーン,グリーンピース,もやし,はくさい,キャベツ,きゅうり,トマト,生姜	552 kcal 19.3 g 18.2 g 2.1 g	567 kcal 28.7 g 17.0 g 2.6 g
3火	牛乳 豚肉のうま煮丼 みそ汁 白和え	牛乳,豚肉,木綿豆腐,干ひじき	精白米,おおむぎ,油,車ふ,砂糖,ごま	生姜,ごぼう,たまねぎ,にんじん,たけのこ,はくさい,グリーンピース,キャベツ,もやし,ほうれんそう	545 kcal 24.4 g 17.2 g 2.1 g	492 kcal 25.8 g 11.9 g 2.9 g	19木	牛乳 ごはん 中華風コーンスープ 回鍋肉 切り干し大根の中華和え	牛乳,ロースハム,たまご,豚肉	精白米,おおむぎ,でんぶ,油,砂糖,ごま油,ごま	たまねぎ,ホールコーン,クリームコーン,にんにく,生姜,キャベツ,ピーマン,にんじん,こまつな,切干しだいこん,ねぎ	547 kcal 22.1 g 15.6 g 2.2 g	491 kcal 24.9 g 13.6 g 2.7 g
4水	牛乳 ごはん ごまけんちん汁 家畜豆腐 キャロットゼリー	牛乳,豚肉,生揚げ,粉寒天	精白米,おおむぎ,じゃがいも,ごま油,砂糖,でんぶ,ごま油	ごぼう,だいこん,たまねぎ,にんじん,たけのこ,干し椎茸,キャベツ,ピーマン,ねぎ,生姜	578 kcal 23.3 g 18.8 g 1.8 g	578 kcal 28.1 g 16.2 g 2.4 g	20金	牛乳 ぎつねうどん おかか和え 鶏肉とコーンの揚げ煮	牛乳,油揚げ,かつお削り節,鶏肉	うどん,砂糖,でんぶ,じゃがいも	たまねぎ,にんじん,だいこん,こまつな,キャベツ,はくさい,もやし,生姜,ホールコーン	575 kcal 24.9 g 19.8 g 2.8 g	488 kcal 27.0 g 12.0 g 3.0 g
5木	牛乳 カレーピラフ 野菜のかきたまスープ ハニーサラダ ゼリーカクテル	牛乳,ショルダーベーコン,ウィンナー,豚肉,たまご,粉寒天	精白米,おおむぎ,油,でんぶ,じゃがいも,はちみつ,砂糖	たまねぎ,グリーンピース,はくさい,だいこん,キャベツ,ホールコーン,にんじん,オレンジジュース,ぶどうジュース	554 kcal 19.1 g 17.3 g 2.1 g	554 kcal 25.5 g 15.3 g 2.0 g	23月	牛乳 豚肉とごぼうのませごはん みそ汁 野菜の甘酢和え グレープゼリー	牛乳,豚肉,油揚げ,粉寒天	精白米,おおむぎ,油,砂糖	ごぼう,ぶなしめじ,生姜,グリーンピース,にんじん,だいこん,えのきたけ,もやし,キャベツ,こまつな,ぶどうジュース	537 kcal 19.5 g 15.4 g 2.0 g	524 kcal 26.1 g 11.0 g 2.8 g
6金	牛乳 ごはん 吉野汁 カラフルつくね のり和え ヨーグルト和え	牛乳,豚肉,鶏肉,木綿豆腐,たまご,のり,ヨーグルト	精白米,おおむぎ,じゃがいも,でんぶ,パン粉,砂糖	にんじん,はくさい,生姜,たまねぎ,ホールコーン,グリーンピース,生姜,こまつな,キャベツ,パインアップル缶,黄桃缶	564 kcal 22.8 g 15.4 g 1.8 g	543 kcal 25.5 g 10.7 g 2.5 g	24火	牛乳 ケチャップライス クリームソース 野菜スープ サウピカンサラダ	牛乳,ショルダーベーコン,鶏肉	精白米,おおむぎ,油,バター,小麦粉,砂糖,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,さやいんげん,みかん缶,みかんジュース	592 kcal 24.3 g 17.8 g 2.4 g	530 kcal 25.9 g 15.1 g 2.4 g
9月	牛乳 シャーシャー麺 中華スープ 杏仁豆腐	牛乳,豚肉,粉寒天	油,うどん,でんぶ,ごま油,砂糖	生姜,にんにく,たまねぎ,にんじん,たけのこ,はくさい,もやし,干し椎茸,生姜,パインアップル缶,黄桃缶	540 kcal 22.4 g 21.4 g 2.4 g	508 kcal 27.8 g 13.5 g 2.4 g	25水	牛乳 ごはん 沢煮焼 揚げ魚の華風あんかけ コービー水ようかん	牛乳,モウカサメ,鶏肉,こしあん,粉寒天,生クリーム	精白米,おおむぎ,さといも,でんぶ,小麦粉,油,ごま油,砂糖	ごぼう,にんじん,だいこん,干し椎茸,ねぎ,にんにく,生姜,たまねぎ,はくさい,こまつな,黄桃缶	618 kcal 23.5 g 21.3 g 1.5 g	574 kcal 24.1 g 14.8 g 2.4 g
10火	牛乳 ごはん みそ汁 玉子焼き柳川ごぼう風のり揚げポテト	牛乳,たまご,木綿豆腐,豚肉,あおのり	精白米,おおむぎ,砂糖,油,でんぶ,じゃがいも	だいこん,えのきたけ,こまつな,にんじん,ごぼう,ねぎ,さやいんげん	564 kcal 24.6 g 18.9 g 2.0 g	551 kcal 27.3 g 17.1 g 2.6 g	26木	牛乳 車心の親子丼 みそ汁 野菜の香味しょうゆ和え	牛乳,鶏肉,油揚げ,たまご	精白米,おおむぎ,車ふ,砂糖,でんぶ,じゃがいも	たまねぎ,にんじん,だいこん,えのきたけ,こまつな,もやし,にんにく,ねぎ	580 kcal 26.8 g 17.3 g 2.5 g	506 kcal 28.1 g 11.3 g 2.6 g
11水	牛乳 ごはん 沢煮焼 魚の西京焼き ごま和え あじさいゼリー	牛乳,モウカサメ,粉寒天,カルピス	精白米,おおむぎ,さといも,砂糖,ごま	ごぼう,にんじん,だいこん,干し椎茸,ねぎ,生姜,キャベツ,もやし,ぶどう	525 kcal 22.1 g 14.4 g 1.7 g	503 kcal 23.2 g 12.0 g 2.2 g	27金	牛乳 黒砂糖パン 肉団子のスープ煮 夏野菜のごまサラダ オレンジゼリークリームソース	牛乳,鶏肉,粉寒天,生クリーム	黒砂糖,パン,でんぶ,パン粉,ごま,砂糖	生姜,たまねぎ,にんじん,だいこん,はくさい,キャベツ,きゅうり,アスパラガス,ヤングコーン缶,トマト,オレンジジュース	514 kcal 21.8 g 19.7 g 2.0 g	614 kcal 31.5 g 19.7 g 2.9 g
12木	牛乳 玉子もろごはん みそ汁 かわりポテト 梅おかか和え	牛乳,鶏肉,油揚げ,たまご,ショルダーベーコン,かつお削り節	精白米,おおむぎ,油,砂糖,じゃがいも	にんじん,生姜,ホールコーン,だいこん,えのきたけ,たまねぎ,キャベツ,こまつな,梅干し	551 kcal 22.6 g 19.6 g 2.2 g	577 kcal 29.8 g 15.5 g 3.3 g	30月	牛乳 ごはん 貝だくさんスープ タマトマトビーチーズ焼き エリンギサラダ フルーツゼリー	牛乳,鶏肉,チーズ,たまご,粉寒天	精白米,おおむぎ,じゃがいも,油,マヨネーズ(エッグケア),砂糖	にんじん,たまねぎ,はくさい,トマト,ピーマン,キャベツ,こまつな,エリンギ,にんにく,パインアップル缶,黄桃缶	584 kcal 24.0 g 22.2 g 1.6 g	551 kcal 22 g 16 g 2 g
13金	牛乳 ばくだんカレーライス カッターチーズサラダ ゼリーカクテル	牛乳,豚肉,鶏肉,粉寒天	精白米,おおむぎ,油,じゃがいも,小麦粉,パン粉,でんぶ,砂糖	生姜,にんにく,たまねぎ,にんじん,キャベツ,きゅうり,ホールコーン,オレンジジュース,黄桃缶	632 kcal 19.8 g 20.1 g 1.8 g	582 kcal 24.5 g 17.7 g 2.2 g	*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に一部、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）						
16月	牛乳 タコライス 野菜スープ 大根イリチー ミルクゼリーフルベリーソース	牛乳,豚肉,チーズ,粉寒天	精白米,おおむぎ,油,じゃがいも,砂糖	にんにく,生姜,にんじん,たまねぎ,セロリ,キャベツ,赤ピーマン,はくさい,だいこん,ブルーベリージャム	561 kcal 21.6 g 17.9 g 2.2 g	583 kcal 27.5 g 15.2 g 2.1 g							
17火	牛乳 豆腐とひき肉のあんかけ丼 しょうが汁 じゃがいもの梅おかか和え	牛乳,豚肉,木綿豆腐,かつお削り節	精白米,おおむぎ,油,砂糖,でんぶ,じゃがいも,ごま	生姜,にんにく,たまねぎ,にんじん,たけのこ,ホールコーン,グリーンピース,干し椎茸,はくさい,えのきたけ,ほうれんそう,生姜,梅干し	546 kcal 24.0 g 16.8 g 2.2 g	519 kcal 26.9 g 12.4 g 2.7 g	~お知らせ~ 6月に入ります。例年この時期から夏終わりにかけて、だいがんが「夏だいがん」に変わります。秋から冬にかけて出回るだいがんと違い、硬いのが特徴です。そのため形態食に使用する場合、支障が出ます。そこで、納入状態を見ながら、硬いと判断し場合は形態食のみ「かぶ」に変更させていただきます。状況を見ながら9月末くらいまで継続します。あらかじめ御了承ください。不明な点がありましたら、担任を通じて栄養士まで御連絡ください。						

6月 平均 (21回)	
普通食	中期食
562 kcal	543 kcal
22.6 g	26.5 g
18.3 g	14.5 g
2.1 g	2.5 g

※食材の納入等の都合により食材や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。