



学校給食予定献立表



令和8年9月
都立港特別支援学校

日	主食	牛乳	副食	赤 血や骨に なる	緑 体の調子を ととのえる	黄 力になる	エネルギー (kcal)
1 火	夏野菜の カレーライス	○	しらす入り海藻サラダ フレッシュトマトのスープ 果物（小玉すいか）	牛乳 豚肉 カットわかめ しらす ベーコン	にんにく しょうが 玉葱 りんご 赤ピーマン スズキーニ なす きゅうり キャベツ セロリー ホールコーン にんじん トマト こまつな すいか	米 精麦 米油 バター 薄力粉 じゃがいも オリーブ油 三温糖 でんぶん	715
2 水	棒棒鶏風冷やし中華 （ごま風味）	○	もやしとニラのスープ フルーツヨーグルト	牛乳 鶏肉 たまご ヨーグルト	にんにく もやし きゅうり にんじん しょうが えのきたけ なら フルーツ缶	ごま油 冷凍ラーメン 練りごま 三温糖 米油	701
3 木	ごはん	○	鮭のチャンチャン焼き じゃがいもの煮つけ 冬瓜とみょうがのすまし汁	牛乳 鮭 みそ こんぶ	にんにく 玉葱 にんじん キャベツ ぶなしめじ ホールコーン ねぎ グリーンピース（冷凍） 冬瓜 みょうが こまつな	米 米油 バター じゃがいも 三温糖	612
4 金	えび入りパエリア	○	スパニッシュオムレツ オニオンスープ 果物（なし）	牛乳 鶏肉 いか むきえび あさり（水煮） 豚肉 たまご	にんにく にんじん 玉葱 マッシュルーム（水煮） ピーマン 赤ピーマン 生しいたけ なし	米 米油 バター じゃがいも	631
7 月	麦ごはん	○	麻婆豆腐 なすのしょうが浸し 春雨スープ	牛乳 豚肉 木綿豆腐 みそ	にんにく しょうが ねぎ 玉葱 にんじん 干し椎茸 にら なす 赤ピーマン ピーマン こまつな もやし きくらげ	米 精麦 米油 三温糖 ごま油 でんぶん はるさめ ごま	699
8 火	パセリライスの クリームソースかけ	○	コールスローサラダ きのこのスープ オレンジゼリー	牛乳 鶏肉 いか あさり（水煮） ベーコン 粉寒天	にんにく にんじん 玉葱 マッシュルーム（水煮） キャベツ きゅうり ぶなしめじ セロリー オレンジジュース みかん缶	米 精麦 米油 バター 薄力粉 三温糖 上白糖	712
9 水	菊花ちらし寿司	○	豆入り筑前煮 小菊のすまし汁 果物（なし）	牛乳 油揚げ たまご 鶏肉 大豆 凍り豆腐 カットわかめ かまぼこ	かんぴょう 干し椎茸 にんじん 糸みつば 菊のり ごぼう れんこん たけのこ（水煮） さやいんげん 冬瓜 こまつな なし	米 上白糖 三温糖 米油 こんにゃく	651
10 木	麦ごはん	○	鮭の中華風漬け焼き 三色浸し 五目きんぴら みそ汁（玉葱・なす）	牛乳 鮭 こんぶ みそ	にんにく こねぎ こまつな にんじん もやし ごぼう 干し椎茸 さやいんげん 玉葱 なす	米 精麦 三温糖 ごま油 ごま しらすき 米油	620
11 金	ガーリックトースト	○	トマトシチュー しらすとチーズの骨太サラダ	牛乳 ベーコン 豚肉 大豆 チーズ ひじき しらす	にんにく しょうが 玉葱 にんじん トマト キャベツ こまつな レモン果汁	無塩食パン バター 米油 じゃがいも 三温糖 薄力粉	665
14 月	ごはん	○	鶏肉といかのチリソース きゅうりの中華漬け わかめスープ	牛乳 鶏肉 いか カットわかめ	しょうが にんにく 干し椎茸 玉葱 ねぎ ピーマン きゅうり にんじん	米 米油 米粉 じゃがいも 三温糖 ごま油 でんぶん	658
15 火	ごはん	○	生揚げのピザソース焼き 野菜炒め かんぴょうの卵とじ汁	牛乳 ベーコン 生揚げ ピザチーズ 豚肉 たまご	にんにく 玉葱 ホールトマト ピーマン にんじん ホールコーン キャベツ もやし かんぴょう 万能ねぎ	米 米油 三温糖 でんぶん	696
16 水	深川めし	○	ししゃものカレー揚げ さつまい	牛乳 油揚げ 鶏肉 あさり（水煮） からふとししゃも たまご こんぶ みそ	にんじん ごぼう しょうが ぶなしめじ えのきたけ 冬瓜 ねぎ	米 米油 三温糖 薄力粉 さつまいも	715
17 木	麦ごはん	○	回鍋肉 たこ焼きポテト もずくとコーンのスープ	牛乳 豚肉 みそ ゆでたこ あおのり かつお節 沖繩もずく	にんにく しょうが にんじん たけのこ（水煮） キャベツ 干し椎茸 玉葱 ピーマン 紅しょうが ホールコーン ぶなしめじ ねぎ	米 精麦 米油 三温糖 でんぶん ごま油 じゃがいも ごま	725
18 金	ラタトゥイユ スパゲティ	○	ガーリックドレッシングサラダ 冬瓜のスープ 果物（早生みかん）	牛乳 ベーコン	にんにく しょうが 玉葱 セロリー ホールトマト なす スズキーニ ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン もやし キャベツ こまつな ホールコーン にんじん 冬瓜 みかん	オリーブ油 スパゲティ 三温糖 ごま油	668
24 木	ごはん	○	焦がしチーズのミートローフ フレンチサラダ ジュリエヌスープ	牛乳 豚肉 たまご チーズ ベーコン	玉葱 グリンピース（冷凍） キャベツ にんじん きゅうり ホールコーン	米 米油 パン粉 三温糖	722
25 金	高野豆腐の そばろ丼	○	カレー炒め お月見汁 お月見団子の茹で小豆のせ	牛乳 鶏肉 大豆 凍り豆腐 豚肉 かまぼこ 絹ごし豆腐 ゆで小豆缶詰	しょうが にんじん 干し椎茸 ねぎ さやいんげん にんにく ホールコーン キャベツ もやし ピーマン なめこ（水煮） こまつな かぼちゃペースト	米 精麦 米油 三温糖 でんぶん 白玉粉	669
28 月	麦ごはん	○	秋刀魚の松前煮 刻みのりあえ のっぺい汁	牛乳 さんま こんぶ きざみのり 油揚げ	にんにく しょうが キャベツ こまつな にんじん 冬瓜 生しいたけ	米 精麦 三温糖 さといも でんぶん	742
29 火	ごはん	○	干草焼き からしあえ 石狩汁 ぶどうゼリー	牛乳 鶏肉 ひじき たまご 鮭 みそ 粉寒天	にんじん 干し椎茸 こまつな もやし ごぼう 冬瓜 ホールコーン ぶどうジュース りんご缶	米 米油 三温糖 しらすき じゃがいも バター 上白糖	701
30 水	レモンシュガー トースト	○	あさり入りコーンチャウダー りんごドレッシングサラダ 果物（柿）	牛乳 鶏肉 隠元豆 あさり（水煮） 生クリーム	レモン果汁 にんじん 玉葱 ホールコーン キャベツ こまつな 黄ピーマン にんにく りんご かき	無塩食パン バター 上白糖 米油 じゃがいも 薄力粉 三温糖	705

9月の給食目標

健康によい食事をしよう！



※入荷状況等により、献立内容が変更になる場合があります。
《栄養量平均》 エネルギー 685kcal 食塩相当量 2.6g

