

令和7年

2月分献立表

東京都立七生特別支援学校

月	火	水	木	金
3日	4日	5日	6日	7日
牛乳 煎り豆ごはん いわしハンバーグ △ 野菜としらすの和え物 けんちん汁 部分献立 エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 649kcal 33.5g	牛乳 ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き せんべい汁 洋梨寒天ゼリー エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 622kcal 31.1g	牛乳 ごはん 肉豆腐 みそ汁 焼きりんご △ エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 667kcal 32.0g	牛乳 ミルメークココア O フレンチトースト △ ポテトサラダ △☆ コンソメスープ O△ フルーツヨーグルト ☆ エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 677kcal 22.4g	牛乳 塩ラーメン △ 中華和え 杏仁豆腐 エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 611kcal 25.6g
10日	11日	12日	13日	14日
牛乳 ごはん 手作りふりかけ △ 揚げじゃがのそぼろ煮 ☆ みそ汁 果物 (柑橘系) エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 664kcal 23.7g	牛乳 広東麺 △ 野菜のごまみそ和え チョコレートケーキ ☆ 建国記念の日 けんこくきねん ひ エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 756kcal 27.2g	牛乳 豚丼 ☆ すりごま和え なめこ汁 ☆ エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 683kcal 33.3g	牛乳 ごはん 鶏肉のバーベキューソース △ 小松菜とエリンギのソテー ツナとコーンのサラダ 野菜スープ △ エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 696kcal 33.7g	
17日	18日	19日	20日	21日
ジョア △ ごはん チーズインハンバーグ △ フライドポテト ☆ コールスローサラダ △ 小松菜のスープ エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 726kcal 29.1g	牛乳 クリームパン O☆ ポトフ 大根とハムのサラダ エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 722kcal 29.2g	牛乳 ごはん 魚のごま照り焼き しらす和え O みそ汁 果物 (いちご) O エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 645kcal 33.8g	牛乳 チャーハン O☆ ツナとわかめのサラダ ☆ チンゲン菜と豆腐のスープ エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 666kcal 26.8g	牛乳 ごはん 油淋鶏 O 春雨サラダ △ ワンタンスープ ☆ エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 731kcal 34.4g
24日	25日	26日	27日	28日
天皇誕生日 エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 612kcal 28.8g	牛乳 鮭ごはん 干草焼き お浸し みそ汁 果物 (柑橘系) エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 690kcal 28.9g	牛乳 カレーうどん ☆ ささみのごま和え いちごのレアチーズケーキ エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 680kcal 31.1g	牛乳 ごはん とんかつ O△ 茹で野菜添え みそ汁 果物 エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g) 676kcal 33.2g	

※天候等の理由により、使用食材や献立を変更することがあります。

※柑橘系の果物は、グレープフルーツ系の柑橘以外のものを提供します。

◎エネルギーとたんぱく質は中学部、高等部の値です。小学部低学年(1・2・3年)は70%、高学年(4・5・6年)は85%です。



小学部6年生、中学部3年生、高等部3年生に、アンケートをとりました。

みなさん、卒業までにもう一度食べたいメニューを、たくさん考えてくれました。1月~3月の給食にリクエストを取り入れています。【O】が小6、【△】中3、【☆】が高3のリクエストメニューです。

