

1月 献立予定表



れいわ ねんど
令和7年度

とうきょうとりつひがしくるめとくべつしえんがっこうちょう
東京都立東久留米特別支援学校長

きくち なおき
菊地 直樹



げつようび 月曜日	かようび 火曜日	すいようび 水曜日	もくようび 木曜日	きんようび 金曜日
ほんこうきじゅん ○本校の基準○	がつ 1月は 普通科1年の リクエスト給食を 実施します。 ◆がついた料理が リクエストです。	ざいりょう ※材料の都合により献立 を変更する場合があります。ご了承ください。 ※15日の牛乳は 「東京牛乳」になります。 ※マヨネーズは全て ノンエッグマヨネーズを 使用しています。	8 しきょうしき 始業式 (給食なし)	9 はいがまい 胚芽米入りごはん まつかぜや 松風焼き こうはく 紅白なます ちくぜんに 筑前煮 じる すまし汁 ぎゅうにゅう 牛乳 641kcal 18.3g 31.3g 2.5g
12 せいじんひ 成人の日	13 はいがまい 胚芽米入りごはん しろみざかななんばんづ 白身魚の南蛮漬け◆ ひじきとしらすの和え物 さつま汁 アセロラゼリー 牛乳 703kcal 14.4g 31.6g 2.7g	14 おむぎ 押し麦ごはん ま一ぼーとうふ 麻婆豆腐◆ はるさめ 春雨サラダ わかめと青菜のスープ 牛乳 657kcal 21.1g 29.2g 2.6g	15 こしうがつ 小正月 としあ 年明けうどん きりほしだいこん 切干大根とツナのごママヨ和え しるこ お汁粉(麺入り)◆ とうきょうぎゅうにゅう 東京牛乳 628kcal 18.3g 30.7g 2.2g	16 こもく 五目とりめし◆ ぎせいどうふ 擬製豆腐 ごま和え みそ汁 りんご◆ ぎゅうにゅう 牛乳 632kcal 18.7g 25.9g 2.5g
19 はいがまい 胚芽米入りごはん とりむねにく 鶏胸肉のから揚げ◆ きりほしだいこん 切干大根の中華サラダ いなかじる 田舎汁 ぎゅうにゅう 牛乳 687kcal 21.4g 34.4g 2.1g	20 だいかん 大寒 はいがまい 胚芽米入りごはん さわらゆうあんや 鰯の幽庵焼き ごま酢和え だいだい 大豆と芋とじゃこの揚げ煮 かすじる 粕汁 ぎゅうにゅう 牛乳 745kcal 22.8g 35.7g 2.0g	21 にんじん 人参ごはん スパニッシュオムレツ◆ もやしのさっぱりサラダ やさい 野菜スープ 牛乳 661kcal 24.2g 29.0g 2.5g	22 はいがまい 胚芽米入りごはん とりにくて 鶏肉の照り焼き じやが芋の香味和え てつこつ 鉄骨サラダ◆ とうふ 豆腐のみそ汁◆ ぎゅうにゅう 牛乳 636kcal 20.4g 33.2g 3.3g	23 みそラーメン◆ ポテトサラダ◆ まっちゃん 抹茶ミルク寒天◆ ぎゅうにゅう 牛乳 657kcal 22.7g 31.0g 3.1g
26 はいがまい 胚芽米入りごはん のりの佃煮 さけ 鮭の塩焼き◆ ごま浸し 豚汁 ぎゅうにゅう 牛乳 649kcal 21.3g 33.0g	27 ピザトースト◆ まめい 豆入りホワイトシチュー◆ やさい 野菜のレモン和え みかん◆ ぎゅうにゅう 牛乳 680kcal 25.5g 36.6g 2.9g	28 はいがまい 胚芽米入りごはん みそ 味噌カツ◆ ゆでキャベツ しらあ 白和え しる みそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳 701kcal 22.6g 33.4g 2.5g	29 はいがまい 胚芽米入りごはん ハンバーグ◆ あお 青のりポテト◆ あ まごわやさし和え しる みそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳 689kcal 21.2g 33.5g 2.5g	30 こめこ 米粉カレーライス◆ だいす ツナと大豆のサラダ フルーツヨーグルト ぎゅうにゅう 牛乳 721kcal 22.3g 28.3g 1.6g