

# 2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  
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																
<b>2</b> 胚芽米入りごはん 千草焼き きんぴらごぼう ツナサラダ◆ みそ汁 牛乳	<b>3</b> 節分 大豆ごはん いわしの香味焼き お浸し さつまい 牛乳	<b>4</b> 胚芽米入りごはん 豚肉のすき焼き風煮 野菜のごまみそ和え みそ汁 ぶどうゼリー 牛乳	<b>5</b> 胚芽米入りごはん さばの塩こうじ焼き ほうれん草のごま醤油 ふろふき大根 野菜椀 牛乳	<b>6</b> 塩野菜ラーメン◆ キャラメルポテト いちご◆ 牛乳																
676kcal 28.1g 22.8g 2.3g	670kcal 32.1g 22.3g 2.5g	670kcal 30.1g 17.7g 2.5g	703kcal 27.0g 27.7g 2.1g	664kcal 27.2g 18.5g 2.2g																
<b>9</b> 揚げパン(きな粉)◆ ポークビーンズ 鉄骨サラダ◆ みかん入りゼリー◆ 牛乳	<b>10</b> 海南チキンライス ワンタンのパリパリサラダ 中華春雨スープ◆ ストロベリーヨーグルト 牛乳	<b>11</b> けんこくきねんひ 建国記念の日	<b>12</b> 豚みそ丼 しらす入りサラダ けんちん汁 プリン◆ 牛乳	<b>13</b> 胚芽米入りごはん 鮭の照り焼き◆ 野菜のごまだれかけ 肉じゃが みそ汁 牛乳																
706kcal 32.5g 28.3g 2.7g	682kcal 31.4g 22.0g 2.3g		738kcal 34.5g 23.3g 2.1g	643kcal 34.4g 15.2g 2.4g																
<b>16</b> 胚芽米入りごはん 揚げ鶏のレモンソース◆ おかか和え 米粉マカロニのサラダ みそ汁 牛乳	<b>17</b> ジャージャー麺◆ 大豆と煮干の甘辛揚げ 野菜スープ◆ カルピス牛乳ゼリー 牛乳	<b>18</b> 胚芽米入りごはん 鶏肉のみそマヨ焼き フライドポテト◆ 切干大根サラダ なめこ汁◆ 牛乳	<b>19</b> 食育の日 胚芽米入りごはん チーズクロquette(東京都) ゆでキャベツ ひじきの五目煮 みそ汁 牛乳	<b>20</b> ゆかりごはん◆ ひじき入り卵焼き◆ きんぴらごぼう みそ汁 りんご 牛乳																
711kcal 30.6g 25.9g 2.6g	685kcal 31.6g 26.4g 2.4g	695kcal 33.2g 28.3g 2.5g	732kcal 28.3g 24.9g 2.5g	672kcal 26.8g 21.9g 2.1g																
<b>23</b> 天皇誕生日	<b>24</b> キーマカレーライス◆ 野菜サラダ バークドチーズケーキ◆ いちご◆ 牛乳	<b>25</b> 胚芽米入りごはん くじらの竜田揚げ◆ お浸し 高野豆腐の煮物 みそ汁 牛乳	<b>26</b> セルフバーガー◆ チーズインハンバーグ◆ わかめサラダ◆ オニオンスープ◆ 牛乳	<b>27</b> 胚芽米入りごはん めかじきのハーブ焼き◆ 里芋の甘辛揚げ 野菜のごまじゃこサラダ◆ みそ汁 牛乳																
	754kcal 30.2g 28.6g 1.9g	715kcal 35.0g 23.7g 2.4g	706kcal 35.6g 30.3g 3.2g	681kcal 30.2g 22.8g 2.5g																
<b>※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。</b>	<b>※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。</b>		<b>2月 は 職能開発科3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。</b>	<table border="1"> <tr> <td colspan="2">○本校の基準○</td> </tr> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> </tr> <tr> <td>740Kcal</td> <td>28.0g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>食塩相当量</td> </tr> <tr> <td>16~24g</td> <td>2.5g未満</td> </tr> <tr> <td colspan="2">○今月の平均○</td> </tr> <tr> <td>695kcal</td> <td>31.0g</td> </tr> <tr> <td>23.9g</td> <td>2.4g</td> </tr> </table>	○本校の基準○		エネルギー	たんぱく質	740Kcal	28.0g	脂質	食塩相当量	16~24g	2.5g未満	○今月の平均○		695kcal	31.0g	23.9g	2.4g
○本校の基準○																				
エネルギー	たんぱく質																			
740Kcal	28.0g																			
脂質	食塩相当量																			
16~24g	2.5g未満																			
○今月の平均○																				
695kcal	31.0g																			
23.9g	2.4g																			