

令和 7年 9月

こんだて



東京都立八王子西特別支援学校

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)
しぎょうしき 始業式	ドライカレーライス フレンチポテトサラダ やさしい野菜スープ ぎゅうにゅう 牛乳 I初ギ - 649kcal	ごはん 魚(さば)の塩焼き あさづ浅漬け とりごぼう汁 なし梨 ぎゅうにゅう牛乳 I初ギ - 699kcal	豚肉と青菜のあんかけ焼きそば かぼちゃの中華あえ とうふちゅうか豆腐の中華スープ ぎゅうにゅう牛乳 I初ギ - 625kcal	ごはん 枝豆とコーンのつくね焼き やさしい野菜ソテー なすのごまだれ みそ汁 ぎゅうにゅう牛乳 I初ギ - 689kcal
8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)
くろぎとう 黒砂糖パン ぎゅうにゅう牛乳 スペイン風オムレツ マカロニ入り野菜ソテー カレー風味の野菜スープ キャロットみかんゼリー I初ギ - 643kcal	わかめとじゃこのごはん 揚げだし豆腐のそぼろあん きつかけ花あえ みそ汁 ぶどう ぎゅうにゅう牛乳 I初ギ - 721kcal	ごはん ぶたにくさんみいた 豚肉の三味炒め ゆで野菜のドレッシングあえ ひじきのこもくに煮 とうがん 冬瓜のしょうが汁 I初ギ - 700kcal	ごはん さかな 魚(あじ)の南蛮漬け とりにくやさしい 鶏肉と野菜のごまからしあえ みそ汁 ぎゅうにゅう牛乳 I初ギ - 726kcal	スパゲティ-ナポリタン ひよこ豆のサラダ ころころ野菜のスープ りんご(青りんご) ぎゅうにゅう牛乳 I初ギ - 619kcal
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)
敬老の日	ごはん ぶたにくやさしい 豚肉と野菜のピリから炒め ちゅうかふうたまご 中華風卵スープ ぎゅうにゅう牛乳 I初ギ - 639kcal	ごはん さかな 魚(あかうお)の煮つけ ゆで野菜添え あおのりポテト&野菜 みそ汁 ぎゅうにゅう牛乳 I初ギ - 667kcal	やきとり丼 す 酢のもの みそ汁 くだもの(梨) ぎゅうにゅう牛乳 I初ギ - 635kcal	わかめうどん ツナとポテトのサラダ フルーツポンチ ぎゅうにゅう牛乳 I初ギ - 628kcal
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)
ミルクパン コロッケ ゆで野菜 とうがん 冬瓜と鶏肉のスープ ぎゅうにゅう牛乳 I初ギ - 616kcal	秋分の日	ごはん とりにく 鶏だんごと野菜のべっこう煮 きやべつのごまあえ みそ汁 ぎゅうにゅう牛乳 I初ギ - 666kcal	ごはん さかな 魚の韓国風ソース やさしい 野菜炒め みそ汁 ぎゅうにゅう牛乳 I初ギ - 674kcal	チキンピラフ コーンサラダ 野菜のミルクスープ りんご ぎゅうにゅう牛乳 I初ギ - 674kcal
29日(月)	30日(火)	食べる時に気をつけること ★食べやすい大きさに してから口に入れま しょう ★口をとじてよくかんで 食べましょう ★早食いをしたり、 食べている人を笑 わせたりするのは 絶対やめましょう		
ごはん さかな 魚の酢豚風 わかめスープ ぎゅうにゅう牛乳 I初ギ - 731kcal	ぶたにく 豚丼 あおな 青菜とひじきのあえもの みそ汁 みかん ぎゅうにゅう牛乳 I初ギ - 635kcal			

※食材の都合等により、献立や使用食材を変更する場合があります。

