



令和7年9月 予定献立表



★食材の仕入等の関係で給食内容を変更することがあります。

東京都立鹿本学園 校長 堀江 浩子

月 1	火 2	水 3	木 4	金 5
しぎょう しき 始業式 	チキンピラフ さつまいもサラダ トマトスープ オレンジゼリー ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん 肉じゃが ひじきのサラダ みそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳	豚丼 もやし中華和え 根菜みそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん 鮭の照り焼き 切干大根の煮物 野菜のおかか和え さつま汁 ぎゅうにゅう 牛乳
	普通食 538kcal 20.0g 後期食 506kcal 18.5g 中・初期食 469kcal 19.8g	普通食 550kcal 23.0g 後期食 517kcal 22.2g 中・初期食 407kcal 22.1g	普通食 500kcal 21.3g 後期食 506kcal 21.6g 中・初期食 397kcal 20.8g	普通食 538kcal 25.8g 後期食 504kcal 22.8g 中・初期食 424kcal 22.0g
8	9	10	11	12
ごはん 麻婆豆腐 中華風ごぼうサラダ 春雨スープ ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん さんまの蒲焼風 白菜のレモン和え なすのすまし汁 なし 梨 ぎゅうにゅう 牛乳	しょうゆラーメン 切干大根のごま酢和え フルーツヨーグルト ぎゅうにゅう 牛乳	おやこどん 親子丼 五色和え みそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳	チキンカレー フレンチサラダ 野菜スープ ぎゅうにゅう 牛乳
普通食 513kcal 21.4g 後期食 491kcal 21.2g 中・初期食 400kcal 20.9g	普通食 543kcal 20.2g 後期食 470kcal 21.1g 中・初期食 392kcal 19.7g	普通食 512kcal 22.1g 後期食 454kcal 20.3g 中・初期食 403kcal 21.1g	普通食 549kcal 23.9g 後期食 507kcal 23.3g 中・初期食 406kcal 20.7g	普通食 525kcal 20.2g 後期食 519kcal 19.8g 中・初期食 432kcal 21.7g
15	16	17	18	19
けいちろう ひ 敬老の日 	メキシカンライス ツナサラダ じゃがいもとベーコンのスープ ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん 豆腐のここと煮 野菜のピリ辛和え すまし汁 ぎゅうにゅう 牛乳	コッペパン チリコンカン キャベツとコーンのサラダ オニオンスープ ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん 鰯の西京焼き 野菜のゆかり和え けんちん汁 なし 梨 ぎゅうにゅう 牛乳
	普通食 474kcal 19.6g 後期食 432kcal 22.4g 中・初期食 401kcal 22.8g	普通食 491kcal 22.2g 後期食 470kcal 20.7g 中・初期食 396kcal 22.3g	普通食 505kcal 22.7g 後期食 529kcal 25.4g 中・初期食 428kcal 24.1g	普通食 480kcal 23.9g 後期食 464kcal 21.4g 中・初期食 396kcal 20.7g
22	23	24	25	26
ごはん 鶏肉の粒マスタード焼き 青のりポテト キャベツとパプリカのサラダ カレースープ	しゅうぶん ひ 秋分の日 	黒糖コッペパン コーンクリームシチュー にんじんドレッシングサラダ りんごゼリー ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん 鯖の竜田揚げ 野菜の甘酢和え きのこ汁 ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん 豚肉のすき焼き煮 小松菜のおかか和え みそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳
普通食 496kcal 22.1g 後期食 453kcal 20.1g 中・初期食 396kcal 21.1g		普通食 542kcal 20.1g 後期食 596kcal 24.5g 中・初期食 450kcal 22.0g	普通食 483kcal 22.3g 後期食 442kcal 21.2g 中・初期食 376kcal 19.8g	普通食 537kcal 25.0g 後期食 511kcal 23.4g 中・初期食 408kcal 22.7g
29	30	 しよく そな 食の備え を兎直しましょう み なお ねん がつついたち かんとうだいしんさい はっせい 1923年9月1日に関東大震災が発生したことにちなみ、9月1日は「防災の日」です。秋は台風シーズンということに加え、近年では気候変動の影響から豪雨も頻発し、各地で甚大な被害が相次いでいる状況です。台風の予報が出てから慌てて買いに行き売り切れ...ということのないよう、日ごろから水や食料品は多めにストックしておくことが安心です。水や食料品は最低3日分、できれば1週間分を備えておくことが勧められています。日常よく食べているものを多めに買い置きし、食べたら買い足す「ローリングストック」で無理なく備えましょう。 そな 備える ローリングストック か 買い足す た 食べる		
ごはん 回鍋肉 わかめのスープ ぶどうゼリー ぎゅうにゅう 牛乳	わふう 和風きのこスパゲッティ とうにゅう 豆乳スープ フルーツポンチ ぎゅうにゅう 牛乳	普通食 529kcal 20.8g 後期食 478kcal 18.6g 中・初期食 377kcal 20.0g	普通食 533kcal 23.8g 後期食 461kcal 22.1g 中・初期食 387kcal 19.2g	

◆遅刻をする場合は、原則12:30までに給食が食べ始められるように登校していただくようお願いいたします。