



令和7年12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
ごはん ★チンジャオロース 中華風たまごスープ ミルクゼリーりんごソース ぎゅうにゅう牛乳	★あけぼのクリームソースライス コーンドレッシングサラダ ★ABCマカロニスープ ぎゅうにゅう牛乳	ごはん 鯖の幽庵焼き さつまいもの甘煮 野菜のゆかり和え みそ汁 ぎゅうにゅう牛乳	★黒砂糖パン（コッパン） ポークビーンズ コールスローサラダ ★ぶどうゼリー ぎゅうにゅう牛乳	ごはん 八宝豆腐 もやしの中華和え チンゲン菜のスープ ぎゅうにゅう牛乳
普通食 539kcal 25.9g 後期食 519kcal 22.5g 中・初期食 426kcal 23.3g	普通食 566kcal 22.0g 後期食 556kcal 23.7g 中・初期食 460kcal 22.2g	普通食 525kcal 23.8g 後期食 505kcal 22.0g 中・初期食 420kcal 21.2g	普通食 546kcal 21.7g 後期食 605kcal 24.0g 中・初期食 415kcal 22.6g	普通食 516kcal 25.0g 後期食 468kcal 23.3g 中・初期食 400kcal 22.6g
8	9	10	11	12
ごはん 鶏肉のチリソース 中華風ごぼうサラダ 白菜ののどろろスープ ぎゅうにゅう牛乳	ごはん ★肉じゃが 切干大根の和え物 みそ汁 ぎゅうにゅう牛乳	★ルーローハン 白菜のレモン和え ピーマン入りスープ ミルクティーゼリー ぎゅうにゅう牛乳	ごはん ★鮭のちゃんちゃん焼き 小松菜のごま和え けんちん汁 ぎゅうにゅう牛乳	大根とツナのスパゲッティ ポテトのフレンチサラダ 鶏肉と白菜の和風スープ りんごのコンポート ぎゅうにゅう牛乳
普通食 512kcal 22.8g 後期食 461kcal 21.7g 中・初期食 395kcal 21.5g	普通食 546kcal 22.6g 後期食 510kcal 21.8g 中・初期食 407kcal 21.8g	普通食 551kcal 22.7g 後期食 505kcal 19.9g 中・初期食 405kcal 19.8g	普通食 506kcal 24.5g 後期食 488kcal 22.5g 中・初期食 420kcal 20.2g	普通食 545kcal 24.0g 後期食 441kcal 19.1g 中・初期食 429kcal 17.6g
15	16	17	18	19
ごはん ★回鍋肉 ★わかめスープ ★フルーツポンチ ぎゅうにゅう牛乳	ごはん 鯖のみそマヨネーズ焼き れんこんのきんぴら みそ汁 ぎゅうにゅう牛乳	親子丼 五色和え ★芋の子汁 果物（みかん） ぎゅうにゅう牛乳	丸パン クリームシチュー キャベツとパプリカのサラダ アセロラゼリー ぎゅうにゅう牛乳	ごはん ★照り焼きハンバーグ ひじきのサラダ 真だくさんみそ汁 ぎゅうにゅう牛乳
普通食 543kcal 20.8g 後期食 492kcal 18.6g 中・初期食 396kcal 20.2g	普通食 506kcal 24.3g 後期食 483kcal 22.0g 中・初期食 411kcal 21.4g	普通食 569kcal 23.8g 後期食 523kcal 23.5g 中・初期食 438kcal 21.0g	普通食 554kcal 22.6g 後期食 578kcal 25.5g 中・初期食 450kcal 22.4g	普通食 503kcal 22.2g 後期食 461kcal 19.7g 中・初期食 390kcal 21.5g
22	23	24	25	
ごはん 鯖の竜田揚げ ★かぼちゃの甘煮 ゆず入りお浸し すまし汁 ぎゅうにゅう牛乳 とうじ 冬至	★ジャージャー麺 ★さつまいもサラダ 青菜のスープ 果物（りんご） ぎゅうにゅう牛乳	メキシカンライス ブロッコリーのサラダ ★ミネストローネ ★チーズケーキ ぎゅうにゅう牛乳	ポークハヤシライス オニオンドレッシングサラダ 野菜スープ ★オレンジゼリー ぎゅうにゅう牛乳 しゅうぎょうしき 終業式	
普通食 518kcal 21.6g 後期食 476kcal 21.7g 中・初期食 404kcal 20.4g	普通食 537kcal 20.9g 後期食 497kcal 20.0g 中・初期食 474kcal 20.3g	普通食 622kcal 22.3g 後期食 601kcal 25.6g 中・初期食 529kcal 25.4g	普通食 597kcal 21.1g 後期食 557kcal 19.4g 中・初期食 451kcal 22.0g	

【各学部の栄養価について】

本校の給食は、『S部門※小学部高学年』『N部門※小学部低学年』を基準に献立作成しています。
献立表には基準のエネルギー量とたんぱく質量を記載しています。
【栄養価換算率】「エネルギー量」の表示の見方について
0.8倍：S部門小学部低学年
1.0倍：S部門小学部高学年・N部門小学部低学年（基準）
1.2倍：S部門中学部・高等部・N部門小学部高学年
1.4倍：N部門中学部



今月から、卒業学年のみなさんのリクエスト献立を取り入れています！★がリクエスト献立です。



★栄養価は、普通食は、知的部門小学部低学年・肢体部門小学部高学年、後期食・初期食・中期食は、肢体部門小学部高学年のエネルギー(kcal)/たんぱく質(g)を記載しています。

◆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。