令和８年11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	火	水	木	金
2	**3**	**4**	**5**	**6**
ご飯 鰆のねぎ味噌焼き 青菜ときのこの炒め物 具だくさんみそ汁 果物（りんご） 牛乳	文化の日 	焼き肉丼 もやしの中華和え 五目スープ 牛乳	ご飯 鮭の香味焼き 野菜のごま和え けんちん汁 やわらかミルクゼリー黄桃ソース 牛乳	五目あんかけ焼きそば 中華風たまごスープ フルーツポンチ 牛乳
普通食 493kcal 25.0g 後期食 470kcal 22.1g 中・初期食 398kcal 20.9g		普通食 504kcal 21.4g 後期食 477kcal 20.5g 中・初期食 389kcal 21.4g	普通食 570kcal 24.9g 後期食 554kcal 22.7g 中・初期食 475kcal 20.9g	普通食 528kcal 21.8g 後期食 453kcal 22.0g 中・初期食 433kcal 24.0g
9	**10**	**11**	**12**	**13**
チキンピラフ フレンチサラダ コーンクリームスープ 果物（みかん） 牛乳	国産小麦の丸パン かぼちゃのコロッケ キャベツとパプリカのサラダ 小松菜と玉葱のスープ 牛乳	ご飯 豚肉のすき焼き煮 野菜の磯和え みそ汁 牛乳	タコライス 豆腐とわかめのスープ フルーツヨーグルト 牛乳	ご飯 鯖のカレー焼き 切干大根の和え物 かぼちゃの甘煮 沢煮椀 牛乳
普通食 554kcal 20.8g 後期食 530kcal 21.5g 中・初期食 467kcal 20.1g	普通食 472kcal 17.3g 後期食 524kcal 20.2g 中・初期食 440kcal 24.3g	普通食 512kcal 23.1g 後期食 496kcal 23.0g 中・初期食 393kcal 22.1g	普通食 552kcal 23.5g 後期食 503kcal 20.4g 中・初期食 401kcal 22.0g	普通食 512kcal 23.1g 後期食 473kcal 21.0g 中・初期食 400kcal 19.7g
16	**17**	**18**	**19**	**20**
ご飯 鶏肉のチリソースかけ 中華風ごぼうサラダ 春雨スープ ぶどうゼリー 牛乳	肉野菜うどん ひじきのサラダ 大学芋 牛乳	豚肉と高野豆腐の卵とじ丼 野菜の甘酢和え すまし汁 牛乳	ご飯 酢豚 白菜のとろとろスープ 果物（みかん） 牛乳	根菜のカレーライス グリーンサラダ 小松菜とえのきのスープ  こうき さい 虹輝祭 牛乳
普通食 489kcal 21.6g 後期食 484kcal 21.5g 中・初期食 420kcal 21.2g	普通食 546kcal 21.2g 後期食 457kcal 18.5g 中・初期食 421kcal 18.6g	普通食 529kcal 24.2g 後期食 500kcal 23.2g 中・初期食 391kcal 20.8g	普通食 539kcal 22.4g 後期食 525kcal 21.1g 中・初期食 431kcal 21.9g	普通食 526kcal 21.1g 後期食 525kcal 21.7g 中・初期食 425kcal 22.2g
21（土）	**23日・24日**	**25**	**26**	**27**
鶏ごぼうピラフ さつまいもサラダ トマトスープ  こうき さい 虹輝祭 牛乳	23日　勤労感謝の日 24日　振替休業日 	ご飯 鮭の照り焼き 野菜のピリ辛和え さつま汁 果物（りんご） 牛乳	黒砂糖コッペパン クリームシチュー 人参ドレッシングサラダ オレンジゼリー 牛乳	ご飯 家常豆腐 きゅうりと青菜のナムル 大根とわかめのスープ 牛乳
普通食 506kcal 19.6g 後期食 485kcal 18.5g 中・初期食 455kcal 21.8g		普通食 516kcal 23.9g 後期食 480kcal 22.5g 中・初期食 430kcal 21.3g	普通食 559kcal 22.8g 後期食 592kcal 23.9g 中・初期食 447kcal 22.4g	普通食 538kcal 23.3g 後期食 479kcal 20.3g 中・初期食 399kcal 22.9g
30				
ご飯 肉じゃが きのこ汁 果物（りんご） 牛乳				
普通食 512kcal 20.1g 後期食 486kcal 19.2g 中・初期食 394kcal 19.8g				

11月24日は和食の日、11月は和食月間です！





★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。