



# 学校給食予定献立表



☆牛乳は基本的に毎日つきます。

都立小平特別支援学校

月	火	水	木	金
2	3 【摂食相談】 マープル食パン 洋風卵焼き だいざ 大豆サラダ ポテトクリームスープ	4 ごはん いわしの香味焼き あしたばツナマヨ 具だくさんみそ汁	5 カレーピラフ ひじきのサラダ ジュリエンスープ さつまいものココアボール 【文化祭(小低)】	6 ながさき 長崎ちゃんぽん かぼちゃ 南瓜のサラダ あんにとろろ 杏仁豆腐
9 スポーツの日	10 ＜目の愛護デー＞ キャロットライス チキンクリームがけ 小松菜のスープ ミルクゼリーブルーベリーソース	11 ごはん 焼肉風炒め 春雨サラダ わかめと豆腐のスープ	12 【給食試食会】 ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き レモン和え すまし汁(麩・えのき) 豆乳プリン黒糖ソース	13 【給食試食会】 さつまいもごはん 鯖のみそ煮 五目きんぴら すまし汁 (小松菜・わかめ・ねぎ)
16 和風きのこスパゲティ 虹色サラダ【文化祭(小高)】 さつまいものバター風味	17 【摂食相談】 ごはん すぶた 酢豚 華風きゅうり 青梗菜と豆腐のスープ	18 ごはん 豚の味噌漬け焼き ナムル 根菜のすまし汁 なし梨	19 ＜食育の日＞ フレンチトースト ポークマトシチュー 白菜のカレー風味	20 ごはん 豆腐ハンバーグきのこソース キャベツと青菜のごまドレ みそ汁(わかめ・じゃが芋)
23 チキンライス フレンチサラダ クラムチャウダー	24 ごはん チキン南蛮 お浸し みそ汁(わかめ・じゃが芋) りんご	25 ごはん さわか 鱈の幽庵焼き 小松菜のごま和え 豚汁	26 ソース焼きそば 【文化祭(高等部)】 鉄骨サラダ 中華風かき玉スープ みかん	27 ＜十三夜献立＞ くり 栗ごはん ぶり 鱈の照り焼き 白菜しらすゆかり和え うすくず汁 ぶどう(黄玉)
30 お好み焼き風卵焼き 【文化祭(中学部)】 梅和え すまし汁(しめじ・わかめ) りんごゼリー	31 【文化祭】 くろざとう 黒砂糖パン アイリッシュシチュー パプリカとツナのサラダ パンプキンプリン	<p>《小学部高学年栄養量平均》 エネルギー500 kcal たんぱく質20.6 g</p> <p>10月31日～11月2日にかけて文化祭が開催されますので、各学部の舞台や模擬店にちなんだ献立を取り入れてみました。 寒くなってくる季節です。たくさん食べて、風邪をひかないようにしましょう。</p>		

【10月の目標】  
感謝して食べよう

※学校行事、材料の入荷等により、献立内容が変更する場合があります。ご了承ください。