

れいわねんど
令和7年度 12月 予定献立表

とりつかしまとくべしきんがっこ
都立高島特別支援学校

ていおきつきんぎゅうにゅうまいにち
★低温殺牛乳は、毎日つきます。

し い つ ご う しょくざい こ ん だ て ひ ょ う
★仕入れの都合などで、食材や献立が変更になることがあります。

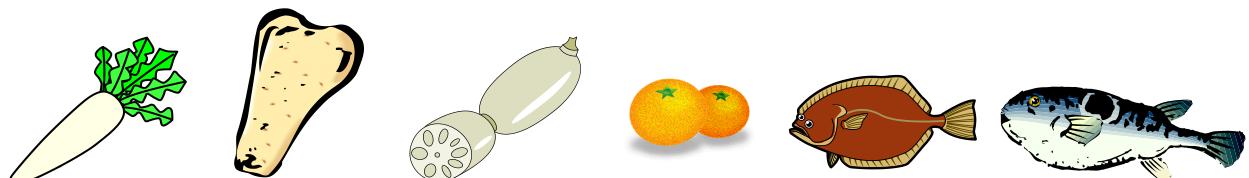
げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金
1	2	3	4	5
がくしゅうはっぴょうかい 学習発表会 ふりかえりゅうぎょうび 振り替え休業日	おやこどん 親子丼 あ ちぐさ和え みそ汁 カルピスゼリー	揚げパン(きなこ) じゃが芋と野菜のトマト煮 フレンチサラダ 野菜スープ	ごはん とうふ 豆腐ハンバーグ アーモンド和え 切り干し大根の煮物 みそ汁	や あんかけ焼きそば ポテトサラダ ちゅうか 中華スープ くだもの 果物(みかん)
みかんに 豊富にある ビタミンC は かぜを ふせぐ はたらき があります				
8	9	10	11	12
ごはん ごもくたまごや 五目卵焼き から 辛し和え にくやきいいいた 肉野菜炒め みそ汁	ちやーはん キムチ炒飯 ナムル ちゅうか 中華スープ フルーツミルクかん	くろざとこう 黒砂糖パン さかな 魚のクリームソース おんやさい 温野菜(ブロッコリー) おかかサラダ やさい 野菜のカレースープ	ごはん とりにく 鶏肉のから揚げ ごま和え ごもく 五目ひじき さつま汁	ほうとう こまつな 小松菜ツナ和え くだもの 果物(りんご)
ほうとうの つゆには 冬に おいしい なる だいこん はくさい さといも が 入っています				
15	16	17	18	19
ふゆやさい 冬野菜カレーライス あ ゆかり和え やさい 野菜スープ くだもの 果物(みかん)	ごはん さかな さかな 中華あんかけ やさい 野菜のごまのり和え ちゅうか 中華スープ	セサミパン ツナボテオムレツ グリーンサラダ トマトスープ	ごはん にくどうふ 肉豆腐 やさい 野菜のごま酢和え みそ汁	スペゲティナポリタン オニオンドレッシング サラダ かくぎ 角切り野菜のスープ くだもの 果物(りんご)
冬に おいしくなる だいこん れんこん さといも を つかい カレーライスを つ くります				
22	23	24	25	26
ごはん さかな 魚の香味焼き あ ゆづぽん和え かぼちゃの甘煮 とんじる 豚汁	ごはん まーぼーどうふ 麻婆豆腐 やさい 野菜の中華だれ ちゅうかふう 中華風コーンスープ	チキンピラフ わかめとコーンのサラダ せんぎ 千切り野菜スープ プリン	しゅうぎょうしき 終業式 きゅうしょくじ 給食はありません ふゆやす 冬休みも元気でね	
冬至に かぼちゃを たべて ゆず湯 に はいると 元気に すごせると いわれています。				

11月・12月の 給食目標

「よい姿勢で 上手に食べよう」
し せ い じ ょ う す た
背すじを伸ばして 食べましょう
きゅうしょくいすう
給食回数 17回



旬の食材たちです。それぞれの名前がわかるかな？



答え だいこん

やまいも

れんこん

みかん

ひらめ

ふぐ