



学校給食予定献立表



令和7年4月
都立港特別支援学校

日	主食	牛乳	副食	赤 血や骨に なる	黄 力になる	緑 体の調子を ととのえる	エネルギー (kcal)
7 月	始業式						
8 火	赤飯	○	鶏の照り焼き 春キャベツと桜のお浸し お祝いみそ汁 ミルクゼリー(苺ジャムソース)	★飲用牛乳、ささげ、鶏肉、豆腐、ちらしかまぼこ、わかめ、みそ、★調理用牛乳、★生クリーム、粉寒天	精白米、もち米、★ごま、砂糖、焼きふ	しょうが、もやし、キャベツ、こまつな、にんじん、梅びしお、桜の花塩漬、玉葱、いちごジャム	785
9 水	麦入りごはん	○	麻婆豆腐 ひじきサラダ 春雨スープ	★飲用牛乳、豚肉、豆腐、大豆ミート、みそ、干ひじき、ロースハム	精白米、はいが精米、精麦、油、砂糖、でんぶん、ごま油、はるさめ、★ごま	しょうが、にんにく、ねぎ、にんじん、干し椎茸、にら、だいこん、こまつな、もやし、ホールコーン、きくらげ	691
10 木	スパゲティ ミートソース	○	彩り豆サラダ コンソメスープ	★飲用牛乳、豚肉、牛肉、ひよこまめ、赤いんげんまめ、ベーコン	★スパゲッティ、オリーブ油、薄力粉、油	玉葱、にんにく、しょうが、セロリ、にんじん、マッシュルーム、トマト缶、えだまめ、キャベツ、きゅうり、オリーブピクルス、ホールコーン	782
11 金	カレーライス	○	コーンドレッシングサラダ マカロニスープ オレンジゼリー	★飲用牛乳、豚肉、粉寒天、★パルメザンチーズ、ベーコン	精白米、はいが精米、精麦、油、じゃがいも、★有塩バター、薄力粉、砂糖、マカロニ、砂糖	玉葱、にんじん、しょうが、にんにく、トマト缶、きゅうり、キャベツ、クリームコーン、みかん缶、オレンジジュース	749
14 月	中華おこわ	○	和風きのこサラダ 鶏肉と大根の中華煮 中華スープ	★飲用牛乳、鶏肉、焼き豚、★糸削り節、豆腐	精白米、もち米、ダ油、ごま油、砂糖	しめじ、干し椎茸、たけのこ、ねぎ、にんじん、グリーンピース、えのきたけ、キャベツ、だいこん、チンゲン菜、にんにく、玉葱	663
15 火	ゆかりご飯	○	かじきの南蛮漬け 小松菜ののり和え 呉汁	★飲用牛乳、★めかじき、きざみのり、豚肉、大豆、豆乳、みそ	はいが精米、油、薄力粉、でんぶん、砂糖、じゃがいも	ゆかり、玉葱、にんじん、青ピーマン、こまつな、もやし、ごぼう	751
16 水	ピザトースト	○	オニオンドレッシングサラダ ミネストローネ	★飲用牛乳、ロースハム、★ピザチーズ、ベーコン、★パルメザンチーズ	★食パン、油、砂糖、じゃがいも、★有塩バター、マカロニ	玉葱、にんじん、青ピーマン、キャベツ、きゅうり、黄ピーマン、赤ピーマン、セロリ、にんにく、トマト缶、ホールコーン、パセリ	661
17 木	麦入りごはん	○	干草焼き ごま和え みそ汁	★飲用牛乳、鶏肉、★たまご、豆腐、みそ	精白米、はいが精米、精麦、砂糖、油、でんぶん、★ごま	玉葱、にんじん、干し椎茸、ほうれんそう、こまつな、もやし、はくさい	644
18 金	焼き肉丼	ジョア	チョレギサラダ ワタンスープ	★ジョア、豚肉、わかめ、きざみのり	はいが精米、精麦、油、でんぶん、砂糖、ごま油、★ごま、ワタンの皮	しょうが、にんにく、キャベツ、玉葱、にら、赤ピーマン、しめじ、だいこん、にんじん、きゅうり、ホールコーン、チンゲン菜	647
21 月	ご飯	○	八宝豆腐 3色野菜のピリ辛和え わかめスープ	★飲用牛乳、豚肉、わかめ、★むきえび、いか、豆腐	精白米、はいが精米、油、砂糖、でんぶん、ごま油、★ごま	しょうが、にんにく、ねぎ、にんじん、たけのこ、干し椎茸、はくさい、チンゲン菜、だいずもやし、きゅうり	683
22 火	ご飯	○	タンドリーチキン ガーリックドレッシングサラダ レンズ豆のスープ	★飲用牛乳、鶏肉、★ヨーグルト、ベーコン、レンズまめ	精白米、七分つき米、砂糖、ごま油、じゃがいも	にんにく、しょうが、もやし、キャベツ、赤ピーマン、黄ピーマン、こまつな、かぶ、かぶ(葉)	714
23 水	キャロットピラフ	○	たらのガーリックパン粉焼き りんごドレッシングサラダ じゃがいものスープ コーヒゼリー	★飲用牛乳、ベーコン、まだら、粉寒天、★冷凍ホイップクリーム	精白米、七分つき米、油、パン粉、オリーブ油、砂糖、じゃがいも	にんじん、玉葱、むきえだまめ、パセリ、キャベツ、こまつな、黄ピーマン、にんにく、りんご、えのきたけ、しめじ、ホールコーン	690
24 木	たけのご飯	○	鮭の漬け焼き 野菜の塩昆布和え みそ汁	★飲用牛乳、鶏肉、油揚げ、★生鮭、塩昆布、みそ、	精白米、もち米、油、砂糖、ごま油、	干し椎茸、にんじん、たけのこ、さやいんげん、しょうが、えのきたけ、こまつな、もやし、玉葱、万能ねぎ	697
25 金	ご飯	○	生揚げのみそ煮 青菜としらすのお浸し けんちん汁	★飲用牛乳、鶏肉、生揚げ、みそ、★しらす干し、油揚げ	精白米、はいが精米、油、砂糖、こんにゃく、でんぶん、さといも、ごま油	しょうが、にんにく、にんじん、玉葱、たけのこ、干し椎茸、にら、こまつな、はくさい、えのきたけ、もやし、だいこん、ごぼう、ねぎ	735
28 月	わかめご飯	○	肉豆腐 青菜と卵の和えもの 春野菜のみそ汁	★飲用牛乳、★しらす干し、豆腐、牛肉、★たまご、わかめ、みそ	精白米、精麦、しらたき、油、砂糖	玉葱、にんじん、ねぎ、キャベツ、さやいんげん、こまつな、もやし、たけのこ	736
29 火	昭和の日						
30 水	鶏飯	○	小松菜とつけ揚げのお浸し 黒糖ミルクゼリー	★飲用牛乳、鶏肉、★たまご、きざみのり、さつま揚げ、粉寒天、★調理用牛乳、★生クリーム	精白米、七分つき米、砂糖、油、黒砂糖	しょうが、干し椎茸、にんじん、こまつな、たくあん、はくさい、もやし、えのきたけ	719

4月の給食目標

給食の準備を
しっかりしよう！



※入荷状況等により、献立内容が変更になる場合があります。

《栄養量平均》 エネルギー 709kcal 食塩相当量 2.8g

