



学校給食 予定献立表



令和7年5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 とる	エネルギー (kcal)
1 木	麦入りごはん お茶としらすの ふりかけ	○	豚肉のすき焼き煮 おかか和え みそ汁	★飲用牛乳、あおのり、 ★しらす干し、豚肉、 豆腐、糸削り節、わかめ、 みそ	精白米、はいが精米、 精麦、★ごま、油、 しらたき、砂糖	にんじん、玉葱、ねぎ、はくさい、 さやいんげん、レモン、もやし	689
2 金	卵とじうどん	○	青菜とひじきのごま和え じゃが芋と大豆ののり塩和え	★飲用牛乳、鶏肉、 ちらしかまぼこ、 ★たまご、干ひじき、 大豆、あおのり	★食塩不使用うどん、 砂糖、でんぶん、 ★ごま、油、じゃがいも	にんじん、たけのこ、だいこん、 干し椎茸、ねぎ、こまつな、もやし	762
5 月	こどもの日						
6 火	振替休日						
7 水	ご飯	○	白身魚のフライ 和風コールスローサラダ 豚汁	★飲用牛乳、豚肉、豆腐、 メルルーサ、みそ	精白米、薄力粉、パン粉、 油、エッグケア、 こんにやく、じゃがいも、 ごま油	キャベツ、きゅうり、にんじん、 ホールコーン、ごぼう、ねぎ	739
8 木	サーモンクリーム スパゲッティ	○	ハニーポテトサラダ レタススープ	★飲用牛乳、★生鮭、 ★調理用牛乳、 ★生クリーム、 ★ピザチーズ、ベーコン	★スパゲッティ、 薄力粉、油、じゃがいも、 はちみつ	レモン、玉葱、マッシュルーム、 こまつな、きゅうり、にんじん、 レタス、セロリ	791
9 金	鶏そぼろ丼	○	切干大根のツナマヨサラダ みそ汁	★飲用牛乳、鶏肉、 大豆ミート、★たまご、 ツナ、塩昆布、油揚げ、 みそ	精白米、はいが精米、 精麦、油、砂糖、ごま油、 ★ごま、エッグケア	しょうが、こまつな、きゅうり、 さやいんげん、切干しだいこん、 だいこん	784
12 月	麦入り ごはん	○	鶏の胡麻味噌焼き 即席漬け すまし汁	★飲用牛乳、鶏肉、みそ、 塩昆布、生揚げ	精白米、はいが精米、 精麦、砂糖、★ごま	しょうが、にんにく、だいこん、 きゅうり、にんじん、はくさい、 えのきたけ	705
13 火	ご飯	○	三鮮豆腐 糸寒天のサラダ りんご	★飲用牛乳、豆腐、豚肉、 ★むきえび、いか、 またら、糸寒天、 ロースハム	精白米、七分つき米、油、 でんぶん、ごま油、砂糖、 ★ごま、はるさめ	しょうが、にんにく、ねぎ、 にんじん、たけのこ、チンゲン菜、 はくさい、干し椎茸、きくらげ、 キャベツ、きゅうり、ホールコーン	661
14 水	はちみつ セサミトースト	○	ボークビーンズ キャベツとツナのサラダ	★飲用牛乳、ベーコン、 赤いんげん豆、ツナ、 豚肉、大豆	★食パン、★バター、 はちみつ、砂糖、★ごま、 オリーブ油、じゃがいも、 油	にんにく、玉葱、にんじん、 セロリ、トマト缶、キャベツ、 きゅうり、黄ピーマン、しょうが	778
15 木	麦入り ごはん	○	さばの更紗揚げ 大豆の五目煮 みそ汁	★飲用牛乳、さば、豆腐、 大豆、こんぶ、 ちりめんじゃこ、みそ	精白米、はいが精米、 精麦、薄力粉、油、 こんにやく、砂糖	にんじん、れんこん、玉葱、 えのきたけ	738
16 金	麦入り ごはん	○	花しゅうまい チャーホーサイ 中華スープ	★飲用牛乳、豚肉、豆腐	精白米、はいが精米、 精麦、砂糖、ごま油、 でんぶん、油、はるさめ、 しゅうまいの皮、 ★ごま	しょうが、玉葱、にんにく、にら、 にんじん、キャベツ、もやし、 チンゲン菜、ねぎ、きくらげ	693
17 土	カレーライス	体	新たなねぎドレッシングのサラダ フルーツヨーグルト	★飲用牛乳、豚肉、 ★ヨーグルト	精白米、はいが精米、 精麦、油、じゃがいも、 薄力粉、砂糖	玉葱、にんじん、しょうが、 にんにく、トマト缶、チャツネ、 キャベツ、きゅうり、黄ピーマン、 みかん缶、りんご缶	752
20 火	ご飯	○	肉じゃが ひじきの五目炒め かきたま汁	★飲用牛乳、豚肉、 干ひじき、油揚げ、 ★たまご	精白米、七分つき米、油、 じゃがいも、しらたき、 砂糖、こんにやく、 でんぶん	しょうが、にんじん、玉葱、 さやいんげん、えだまめ、ねぎ、 こまつな	704
21 水	ソース焼きそば	○	ちくわの二色揚げ 小松菜入り中華スープ りんご	★飲用牛乳、豚肉、 焼き竹輪、あおのり、 豆腐	★蒸し中華めん、油、 薄力粉、油、でんぶん	にんにく、しょうが、にんじん、 玉葱、もやし、キャベツ、りんご、 青ピーマン、干し椎茸、こまつな	693
22 木	豚丼	○	からしあえ みそ汁 パイナップル	★飲用牛乳、豚肉、 豆腐	精白米はいが精米、 精麦、砂糖、油、ごま油、 しらたき、でんぶん、 さといも	しょうが、玉葱、さやいんげん、 キャベツ、えのきたけ、だいこん、 にんじん、ごぼう、ねぎ、 パイナップル	691
23 金	五目チャーハン	○	パンサンサー わかめスープ フルーツミックス	★飲用牛乳、ロースハム、 ★たまご、わかめ、豆腐	精白米、七分つき米、油、 はるさめ、砂糖、ごま油	玉葱、ねぎ、赤ピーマン、もやし、 グリーンピース、干し椎茸、 きゅうり、にんじん、きくらげ、 だいこん	689
26 月	ひじきご飯	○	魚の西京焼き 土佐煮 沢煮椀	★飲用牛乳、干ひじき、 油揚げ、★しらす干し、 さわら、みそ、★糸削り、 豚肉	精白米、七分つき米、油、 砂糖、ごま油、でんぶん	にんじん、えだまめ、ねぎ、 にんにく、しょうが、たけのこ、 ごぼう、干し椎茸、さやいんげん	678
27 火	ご飯	○	ポテトコロッケ ポイルキャベツ きんぴら すまし汁	★飲用牛乳、豚肉、 わかめ	精白米、じゃがいも、油、 薄力粉、パン粉、ごま油、 砂糖、★ごま	玉葱、キャベツ、にんじん、ごぼう、 れんこん、えのきたけ、ねぎ	738
28 水	ミルクパン	○	白身魚のムニエルタトゥイユソース さつまいもと豆のサラダ オニオンスープ	★飲用牛乳、ホキ、 いんげん豆、ひよこ豆、 ベーコン	★ミルクパン、薄力粉、 ★バター、オリーブ油、 さつまいも、エッグケア、 砂糖、油	にんにく、玉葱、黄ピーマン、なす、 ズッキーナ、トマト、トマト缶、 えだまめ、しめじ、パセリ	761
29 木	コーンピラフ	ジョ ア	かぼちゃのヨーグルトサラダ コンソメジュリアン グレープゼリー	★ジョア、鶏肉、粉寒天、 ★ヨーグルト、ベーコン	精白米、油、★バター、 エッグケア、砂糖	マッシュルーム、にんじん、玉葱、 ホールコーン、グリーンピース、 かぼちゃ、干しぶどう、きゅうり、 キャベツ、セロリ、 ぶどうジュース	699
30 金	ご飯	○	スペイン風オムレツ ごぼうサラダ じゃがいものスープ	★飲用牛乳、★たまご、 ウィンナー、 ★調理用牛乳、 ★ピザチーズ	精白米、七分つき米、 じゃがいも、砂糖、 エッグケア	玉葱、マッシュルーム、ごぼう、 ホールコーン、にんじん、 きゅうり、キャベツ、えのきたけ	685

5月の給食目標

「いただきます」の
あいさつをしよう！



※ 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。
※ 19日は、体育祭の振替休業日です。

《栄養量平均》 1人給 - 722kcal 食塩相当量 2.7g

