

令和7年6月



学校給食予定献立表



= 地産地消
 = 行事給食
 = 季節の食材
 = 郷土・外国文化

都立品川特別支援学校

※記載の栄養価は中学部の値です。(おおよそ小学校高学年=×0.8、小学校低学年=×0.7)

日	主食	牛乳	副食	血や肉にのる 肉・魚・卵・乳製品 海藻・大豆・大豆製品など	体の調子を整える 野菜・果物・きのこなど	熱や力のもとにのる 米・パン・麺・油・砂糖・いもなど	エネルギーたんぱく質 脂質 食塩相当量
2月	ごはん オムレツの日6/2	○	ベーコンポテトオムレツ 和風サラダ 野菜スープ 甘夏	卵 ベーコン 牛乳	玉ねぎ にんじん ピーマン キャベツ にんじん きゅうり ごぼう 枝豆 もやし にんじん 水菜 甘夏	米 じゃがいも オリーブ油 砂糖 米油 砂糖	600 kcal 23.8 g 17.7 g 2.3 g
3月	カレーうどん	○	ひじきのマヨサラダ ハニーマンゼリー	豚肉 ひじき ロースハム 粉寒天	にんにく しょうが にんじん 玉ねぎ 干し椎茸 ねぎ 小松菜 キャベツ にんじん レモン果汁	うどん 米油 薄力粉 砂糖 かたくり粉 しらたき 33-7 風調味料(卵不使用) 砂糖 はちみつ ごま 砂糖	623 kcal 22.0 g 21.1 g 2.4 g
4月	じゃこ炒飯	○	春雨サラダ かぼちゃの中華そば煮 生揚げのスープ	ちりめんじゃこ ロースハム 豚肉 生揚げ	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ ねぎ ピーマン きくらげ きゅうり かぼちゃ しょうが にんにく にんじん にんじん もやし しめじ チンゲン菜	米 米粒麦 ごま油 春雨 砂糖 ごま油 米油 砂糖 ごま	604 kcal 26.3 g 18.5 g 3.1 g
5月	ごはん	○	豆腐と豚肉のうま煮 もちもちポテト 小松菜と玉ねぎのみそ汁	木綿豆腐 豚肉	しょうが にんにく 白菜 にんじん たけのこ 干し椎茸 ねぎ にら にんにく	米 米油 砂糖 ごま油 かたくり粉 じゃがいも なたね油 かたくり粉 砂糖	649 kcal 27.1 g 20.4 g 2.5 g
6月	ごはん 梅の日6/6	○	鯖の梅みそ焼き ごま和え 切干大根のケチャップ煮 かぶのみそ汁	さくら みそ 豚肉 油揚げ みそ	さくら みそ キャベツ にんじん 小松菜 切干大根 にんじん 玉ねぎ パセリ かぶ	米 砂糖 ごま油 砂糖 ごま 米油 砂糖	665 kcal 34.3 g 23.3 g 2.6 g
9月	ウインナー ピラフ 卵の日6/9	○	ツナの巣ごもり卵 ジュリエンスープ 夏文旦	ウインナー 卵 ツナ	にんにく にんじん とうもろこし 玉ねぎ グリンピース マッシュルーム キャベツ ほうれん草 玉ねぎ にんじん セロリ 夏文旦	米 米粒麦 米油 バター 米油 砂糖 じゃがいも	603 kcal 24.2 g 23.8 g 2.8 g
10月	ごはん	○	生揚げのそぼろあんかけ ごま和え 冬瓜と鶏肉のうま煮 わかめのみそ汁	生揚げ 豚肉 みそ 鶏肉 わかめ みそ	にんにく しょうが 玉ねぎ ねぎ にんじん 小松菜 干し椎茸 しょうが 冬瓜 枝豆 もやし ねぎ	米 米油 砂糖 ごま油 砂糖 ごま しらたき 米油 砂糖 かたくり粉	670 kcal 31.9 g 25.7 g 2.8 g
11月	ごはん	○	鰯の蒲焼き きゅうりのハリハリ漬け 五目きんぴら キャベツのみそ汁	いわし 昆布 さつま揚げ みそ	しょうが きゅうり 切干大根 にんにく にんじん ごぼう れんこん さやいんげん キャベツ えのき にんにく パセリ しょうが	米 米粉 なたね油 ごま油 砂糖 ごま 砂糖 ごま油 砂糖 こんにやく パン バター	661 kcal 28.4 g 20.7 g 2.7 g 611 kcal
12月	ガーリックトースト	○	アスパラガス入りあさりのクリームチャウダー ビーンズサラダ	あさり ベーコン いんげん豆 牛乳 大豆 ロースハム	にんにく にんじん 玉ねぎ マッシュルーム アスパラガス 切干大根 きゅうり にんじん とうもろこし	米 薄力粉 じゃがいも 砂糖 米油	27.2 g 27.7 g 3.0 g
13月	ごはん 千葉県民の日6/15	○	鰯のさんが焼き じゃこ和え さつまいものみそ汁 すいか	あじ 豚肉 木綿豆腐 みそ ちりめんじゃこ 油揚げ みそ	しょうが ねぎ 干し椎茸 しそ キャベツ もやし すいか	米 砂糖 かたくり粉 さつまいも	672 kcal 32.7 g 19.8 g 2.2 g
16月	ごはん 和菓子の日6/16	○	豚肉のみそ炒め しょうが醤油和え のっぴい マカロニのかりんとう	豚肉 みそ 生揚げ	玉ねぎ しょうが にんにく キャベツ にんじん 小松菜 しょうが 大根 にんじん 干し椎茸 ねぎ	米 米油 砂糖 砂糖 かたくり粉 里いも こんにやく かたくり粉 わかめ なたね油 砂糖 ごま	668 kcal 30.6 g 18.8 g 2.1 g
17月	ごはん	○	鰯のハーブパン粉焼き 粉ふきいも 大豆のトマト煮 野菜スープ	たら 大豆 ウイナー 凍り豆腐	玉ねぎ にんじん パセリ 玉ねぎ にんじん セロリ にんにく トマト缶 えのき にんじん 小松菜	米 33-7 風調味料(卵不使用) じゃがいも パン粉 オリーブ油 砂糖 バター	652 kcal 32.4 g 21.0 g 2.4 g
18月	麻婆焼きそば 仙台名物	○	わかめのごまドレサラダ チンゲン菜とコーンのスープ	豚肉 大豆 木綿豆腐 みそ 鶏肉 わかめ	にんにく しょうが たけのこ にんじん ねぎ にら にんじん きゅうり キャベツ しょうが とうもろこし 玉ねぎ チンゲン菜	中華麺 米油 砂糖 かたくり粉 砂糖 ごま ごま油	602 kcal 31.0 g 23.9 g 3.0 g
19月	毎月19日は食育の日!	○	赤魚のちゃんちゃん焼き かきたま汁 さつまいものレモン煮	めぬけ みそ 卵	しょうが にんにく キャベツ もやし にんじん ねぎ しめじ 玉ねぎ 小松菜 レモン果汁 干しぶどう	米 米油 かたくり粉 33-7 風調味料(卵不使用) さつまいも 砂糖 はちみつ	652 kcal 29.7 g 15.8 g 2.2 g
20月	ごはん 夏至6/21	○	鶏肉とポテトのハニーマスタード 水菜のサラダ 冬瓜のスープ メロン	鶏肉 ベーコン	しょうが にんにく レモン果汁 にんじん 水菜 もやし ごぼう レモン果汁 にんじん 白菜 パセリ メロン	米 じゃがいも オリーブ油 はちみつ 米油	621 kcal 25.6 g 19.3 g 2.0 g
23月	ごはん	○	回鍋肉 トマトときゅうりの甘酢和え 豆腐の中華スープ	豚肉 みそ 鶏肉 木綿豆腐 鶏肉 みそ	にんにく しょうが にんじん ねぎ たけのこ キャベツ 干し椎茸 ピーマン トマト きゅうり にんじん きくらげ にら	米 米油 砂糖 かたくり粉 砂糖 ごま油 ごま	606 kcal 29.6 g 18.5 g 2.5 g
24月	ごはん	○	鶏肉のごまみそ焼き お浸し 筍わかめの炒め煮 じゃがいものみそ汁	鶏肉 みそ 筍わかめ 油揚げ みそ	しょうが 小松菜 にんじん もやし ごぼう にんじん 水菜	米 砂糖 ごま 砂糖 しらたき 米油 砂糖 ごま じゃがいも	602 kcal 31.0 g 17.4 g 3.3 g
25月	炒り卵入り 和風ツナカレーライス	○	金時豆のコールスロー 三色野菜のすまし汁 あんずジャムのヨーグルト	大豆 ツナ 卵 みそ 金時豆 ヨーグルト	しょうが 玉ねぎ にんじん 干し椎茸 キャベツ きゅうり にんじん しめじ にんじん 小松菜 あんずジャム	米 米粒麦 米油 砂糖 砂糖 オリーブ油 米粉 砂糖	665 kcal 26.8 g 20.5 g 3.1 g
26月	ごはん	○	鰯の竜田揚げ 梅おかか和え 夏野菜のケチャップ炒め かぼちゃのみそ汁	あじ おかか ウインナー みそ	しょうが にんにく 切干大根 小松菜 梅干し にんにく にんじん キャベツ ツナ 玉ねぎ 黄パプリカ かぼちゃ もやし	米 米粉 なたね油 砂糖 米油 砂糖 かたくり粉	675 kcal 30.3 g 23.3 g 2.8 g
27月	セルフ・ ホットドッグ	○	ポテトサラダ かぶのミルクスープ パイナップル	ウインナー ロースハム ロースハム 牛乳	にんじん きゅうり 玉ねぎ とうもろこし にんにく かぶ パイナップル	パン 砂糖 砂糖 じゃがいも 33-7 風調味料(卵不使用) 米油	667 kcal 24.7 g 33.4 g 3.3 g
30月	ごはん (海苔の佃煮) 佃煮の日6/29	○	冬瓜と豚肉のうま煮 小松菜と油揚げの煮浸し なすのみそ汁	海苔 豚肉 油揚げ みそ	冬瓜 たけのこ れんこん にんじん しょうが さやいんげん 小松菜 しめじ なす 玉ねぎ 小ねぎ	米 砂糖 水あめ 米油 砂糖 かたくり粉 しらたき 砂糖	601 kcal 26.0 g 17.6 g 2.6 g

※ 学校行事・食材料の入荷状況等により、献立内容が変更になる場合があります。

料理名を横にたどると、使用食材がわかる表記になっています(食材数の関係で若干上下することがあります)。

月平均:エネルギー637kcal たんぱく質28.4g

脂質21.3g 塩分2.7g