

令和7年7月



# 学校給食予定献立表



=地産地消 =季節の食材  
 =行事給食 =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
1 火	たこ飯 半夏生7/1	○	鯖の塩焼き ごま和え 玉ねぎと生揚げのみそ汁 水ようかん	まだこ さば 生揚げ みそ こしあん 粉寒天	にんじん しょうが もやし にんじん 小松菜 玉ねぎ 小ねぎ	米 米粒麦 砂糖 ごま油 ごま 砂糖	797 kcal 35.2 g 32.4 g 2.5 g
2 水	スパゲッティ・ トマトクリームソース イタリア	○	イタリアンサラダ 夏野菜のミネストローネ メロン	ウイパー 生クリーム 牛乳 金時豆 パプリカ	にんにく しょうが セロリ 玉ねぎ マルメ トリカ トマト 赤パプリカ きゅうり とうもろこし 小松菜 味噌汁 にんにく 玉ねぎ 赤パプリカ 玉ねぎ にんじん かぼちゃ スプラウト	スパゲッティ 植物油 米油 砂糖 バター 米粉 砂糖 植物油 植物油 じゃがいも	647 kcal 24.3 g 22.9 g 2.4 g
3 木	ごはん	○	鰯の梅煮 お浸し じゃがいもの磯煮 キャベツのみそ汁	いわし 豚肉 ひじき 油揚げ みそ	練り梅 しょうが えのき にんじん 小松菜 玉ねぎ にんじん グリンピース キャベツ	米 砂糖 砂糖 ごま油 じゃがいも しらすき 米油 砂糖	641 kcal 30.6 g 19.7 g 2.6 g
4 金	ごはん	○	鶏肉のカレー焼き ピーマンのじゃこ和え チャプチェ もずくとトマトのスープ	鶏肉 卵 ちりめんじゃこ 豚肉 もずく	にんにく もやし ピーマン にんじん たけのこ 干し椎茸 にんにく しょうが トマト しょうが チンゲン菜	米 砂糖 米油 かたくり粉 ごま油 砂糖 ごま 春雨 ごま油 ごま油	602 kcal 31.7 g 18.0 g 2.9 g
7 月	七tachらし セタ7/7	○	なすの揚げ浸し おくら入りそうめん汁 すいか	油揚げ 卵 かまぼこ	干し椎茸 かんぴょう にんじん れんこん たけのこ 枝豆 なす しょうが	米 砂糖 ごま 米油 なたね油 砂糖 そうめん	622 kcal 21.5 g 20.5 g 2.7 g
8 火	チキンカレーライス	○	大根とツナのサラダ 蒸しとうもろこし	鶏肉 チーズ わかめ ツナ	しょうが にんにく セロリ 玉ねぎ にんじん トマト缶 りんご 切干大根 セロリ きゅうり 赤パプリカ とうもろこし レモン果汁 しょうが	米 米粒麦 米油 じゃがいも 砂糖 薄力粉 ごま油 砂糖	696 kcal 25.9 g 21.2 g 2.2 g
9 水	ごはん 沖縄県	○	フーチャンブルー もずくの甘酢和え アーサー汁	卵 豚肉 もずく 糸かまぼこ あおさ 木綿豆腐	しょうが にんじん もやし 玉ねぎ チンゲン菜 きゅうり にんじん しょうが	米 車麩 米油 砂糖 ごま	642 kcal 27.3 g 23.3 g 2.7 g
10 木	ごはん フランス	○	鱈のエスカパーージュ お浸し ラタトゥイユ 冬瓜とウインナーのスープ	あじ ベーコン ウインナー	赤パプリカ 玉ねぎ キャベツ にんじん 小松菜 にんにく スズキニ トマト缶 玉ねぎ 冬瓜 しめじ 黄パプリカ にんじん	米 米油 砂糖 砂糖 かたくり粉 オリーブ油 砂糖	627 kcal 30.0 g 21.4 g 3.1 g
11 金	しょうゆラーメン ラーメンの日7/11	○	鶏肉ともやしのからし和え ポテトと大豆の磯辺揚げ 桃ゼリー	豚肉 鶏肉 大豆 青のり 粉寒天	しょうが ねぎ にんにく キャベツ にんじん 小松菜 とうもろこし きくらげ きゅうり もやし 桃ジュース	中華麺 米油 砂糖 砂糖 ごま油 じゃがいも なたね油 かたくり粉 砂糖	661 kcal 32.9 g 20.1 g 3.1 g
14 月	凍り豆腐のそぼろ丼	○	トマトとおくらの中華和え 春雨スープ 冷凍みかん	鶏肉 大豆 凍り豆腐 みかん	しょうが にんじん 干し椎茸 ねぎ さやいんげん トマト おくら キャベツ チンゲン菜 にんじん きくらげ	米 米粒麦 米油 砂糖 かたくり粉 砂糖 ごま油 ごま 春雨	618 kcal 26.5 g 17.6 g 2.5 g
15 火	ツナ菜飯	○	冬瓜と生揚げの含め煮 もやしとあさりのみそ汁 蒸しとうもろこし	ツナ 生揚げ 鶏肉	小松菜 冬瓜 にんじん しょうが 枝豆	米 米粒麦 ごま 米油 砂糖 こんにゃく かたくり粉	637 kcal 29.4 g 21.2 g 2.6 g
16 水	ごはん	○	鯖のみそマヨ風焼き 昆布のサラダ 野菜のカレー炒め すまし汁	しらす みそ こんぶ 豚肉	ねぎ 切干大根 にんじん きゅうり しそ レモン果汁 しょうが にんじん もやし キャベツ ピーマン えのき ごぼう 水菜	米 731-7 風情味料(卵不使用) ごま油 ごま 米油 砂糖 かたくり粉	625 kcal 32.9 g 21.0 g 2.8 g
17 木	黒砂糖パン 給食最終日!	○	鶏肉の唐揚げ わかめのサラダ 夏野菜のポトフ 沖縄産パイナップル	鶏肉 わかめ ベーコン	しょうが にんにく きゅうり 玉ねぎ キャベツ にんじん にんじん かぼちゃ なす トマト パイナップル とうもろこし	パン 米粉 なたね油 オリーブ油	605 kcal 30.3 g 23.3 g 2.8 g

2学期の給食は、9月2日(火)から始まります



※ 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648kcal たんぱく質29.1g  
脂質21.7g 塩分2.7g