

令和8年4月



# 学校給食予定献立表



= 地産地消  
 = 季節の食材  
 = 郷土・外国文化

都立品川特別支援学校

毎週水曜日はパン・麺献立です

※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	血や肉になる 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	熱や力のもとになる 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
8水	ミルクパン 小2〜給食スタート♪	○	ポークトマトシチュー ごぼうのマヨサラダ 清見オレンジ	豚肉 牛乳 ツナ みそ	しょうが にんにく セロリ にんじん 玉ねぎ トマト缶 グリンピース ごぼう キャベツ とうもろこし きゅうり 清見オレンジ	パン 米油 バター じゃがいも 砂糖 薄力粉 砂糖 ごま	603 kcal 25.7 g 21.3 g 2.4 g
9木	ごはん 小1給食スタート♡	○	鮭の塩こうじ焼き お浸し かぼちゃの含め煮 豆腐とわかめのみそ汁	白鮭 木綿豆腐 わかめ みそ	小松菜 にんじん もやし かぼちゃ ねぎ	米 砂糖 かたくり粉	602 kcal 33.6 g 13.7 g 2.7 g
10金	ごはん	○	豚肉のしょうが炒め ごま和え 大根と油揚げの含め煮 白菜のみそ汁	豚肉 油揚げ みそ	玉ねぎ しょうが キャベツ にんじん 小松菜 大根 にんじん 白菜 えのき	米 米油 かたくり粉 砂糖 ごま油 ごま 砂糖 砂糖	618 kcal 30.0 g 20.3 g 2.5 g
13月	チキンカレーライス	○	野菜サラダ 河内晩柑	鶏肉 チーズ ロースハム	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 キャベツ きゅうり にんじん セロリ 河内晩柑 玉ねぎ レモン果汁	米 米油 じゃがいも 砂糖 薄力粉 オリーブ油 砂糖	636 kcal 22.7 g 18.8 g 1.9 g
14火	ごはん	○	生揚げのそぼろ煮 おかか和え かぶのみそ汁 さつまいもの甘煮	生揚げ 豚肉 みそ おかか みそ	にんにく しょうが 玉ねぎ ねぎ 白菜 にんじん 小松菜 干し椎茸 かぶ にんじん レモン果汁	米 砂糖 ごま油 かたくり粉	684 kcal 27.0 g 21.1 g 2.2 g
15水	みそけんちんうどん	○	三色ツナ和え のり塩ポテト	豚肉 油揚げ みそ ツナ 青のり	干し椎茸 玉ねぎ にんじん 大根 ねぎ 小松菜 もやし にんじん きゅうり しそ しょうが	うどん 米油 砂糖	634 kcal 29.2 g 21.2 g 2.8 g
16木	ごはん 中国	○	回鍋肉 豆腐の中華スープ フルーツヨーグルト	豚肉 みそ 木綿豆腐 鶏肉 ヨーグルト	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 にんじん きくらげ にら パイン缶 黄桃缶 みかん缶	米 米油 砂糖 かたくり粉	632 kcal 30.2 g 17.8 g 2.1 g
17金	毎月19日は食育の日! ごはん (じゃこふりかけ) よい歯の日4/18	○	鱈の照り焼き 切干大根のお浸し 白菜の煮浸し かぼちゃのみそ汁	ちりめんじゃこ おかか さわら ちくわ みそ	小松菜 にんじん 切干大根 白菜 にんじん 干し椎茸 かぼちゃ もやし	米 ごま 砂糖 砂糖 砂糖 かたくり粉 ごま油 ごま しらたき 砂糖	636 kcal 33.3 g 18.8 g 3.0 g
20月	ごはん 穀雨4/20	○	ツナポテトオムレツ コールスロー 野菜スープ サマーキング(はっさく×甘夏)	卵 牛乳 ツナ ベーコン	玉ねぎ にんじん ピーマン キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし 大根 小松菜 サマーキング	米 じゃがいも 砂糖 オリーブ油 砂糖 かつお油	616 kcal 23.6 g 19.0 g 2.4 g
21火	ごはん	○	めばるの香味焼き ごまマヨ和え 五目ひじき 玉ねぎと麩のみそ汁	めばる みそ ひじき 油揚げ 大豆 みそ	しょうが 白菜 にんじん 小松菜 しょうが にんじん 玉ねぎ	米 砂糖 マヨネーズ 風調味料(卵不使用) しらたき 米油 砂糖 ごま 麩	637 kcal 33.1 g 21.1 g 2.6 g
22水	手作りのいちごジャムのトースト ジャムの日4/20	○	カレーポトフ わかめのごまサラダ さつまいものあめがらめ	ウインナー わかめ 鶏肉	いちご レモン果汁 にんじん 玉ねぎ かぶ セロリ キャベツ にんじん きゅうり しょうが	パン 砂糖 じゃがいも 砂糖 ごま	601 kcal 22.7 g 20.9 g 2.9 g
23木	ごはん	○	麻婆豆腐 春雨サラダ 青梗菜のスープ	豚肉 大豆 木綿豆腐 みそ ロースハム	にんにく しょうが たけのこ にんじん ねぎ にら きくらげ きゅうり にんじん 青梗菜 もやし しめじ	米 米油 砂糖 かたくり粉 春雨 砂糖 ごま油 ごま	688 kcal 32.7 g 25.0 g 2.9 g
24金	たけのこごはん	○	肉じゃが キャベツのみそ汁 りんごゼリー	鶏肉 油揚げ 豚肉 みそ 粉寒天	たけのこ にんじん 玉ねぎ さやいんげん キャベツ 小松菜 りんごジュース	米 米粒麦 米油 じゃがいも 砂糖 しらたき 砂糖	609 kcal 27.5 g 15.4 g 2.6 g
27月	ごはん	○	鶏肉のごまみそ焼き お浸し 五目きんぴら じゃがいもとにらのみそ汁	鶏肉 みそ さつまいも揚げ みそ	しょうが 小松菜 にんじん 白菜 にんじん ごぼう れんこん 枝豆 にら	米 砂糖 ごま 砂糖 ごま油 こんにゃく 砂糖 じゃがいも	600 kcal 30.9 g 15.1 g 2.7 g
28火	ごはん	○	鱈フライ 海苔和え 大根のみそ汁 甘夏	あじ 卵 のり みそ	小松菜 にんじん もやし 大根 しめじ 甘夏	米 薄力粉 パン粉 ごま油 菜種油 砂糖	729 kcal 32.1 g 26.4 g 2.2 g
30木	ごはん	○	生揚げのカレー煮 キャベツのレモン和え 卵とわかめスープ	生揚げ 豚肉 わかめ 卵	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん もやし 干し椎茸 青梗菜 キャベツ にんじん レモン果汁 ねぎ	米 米油 砂糖 ごま油 かたくり粉 砂糖 オリーブ油 かたくり粉	650 kcal 30.9 g 24.5 g 2.5 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636kcal たんぱく質29.1g  
脂質20.0g 塩分2.5g