

令和8年5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

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 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 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金	ごはん (お茶ふりかけ) 八十八夜5/2	○	松風焼き キャベツの浅漬け 小松菜と油揚げのみそ汁 清見オレンジ	ツナ 木綿豆腐 豚肉 鶏肉 みそ 卵 油揚げ みそ	しそ しょうが ねぎ しょうが にんにく キャベツ にんじん しょうが 小松菜 えのき 清見オレンジ	米 ごま油 砂糖 ごま パン粉 砂糖 ごま 砂糖	690 kcal 30.4 g 25.7 g 2.4 g
7木	ポークカレーライス	○	ビーンズサラダ ぶどうゼリー	豚肉 チーズ 大豆 ロースハム 粉寒天	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 きゅうり にんじん どうもろこし ぶどうジュース	米 米油 じゃがいも 薄力粉 砂糖 砂糖 米油 砂糖	709 kcal 24.6 g 21.3 g 2.1 g
8金	ごはん 富山県の日5/9	○	鰯の照り焼き キャベツの昆布和え いとこ煮(小豆入り野菜の煮物) あさりのみそ汁	ぶり 刻み昆布 あすき 油揚げ あさり みそ	キャベツ 小松菜 レモン果汁 しょうが にんじん 大根 ごぼう もやし 小ねぎ	米 砂糖 かたくり粉 ごま油 ごま 里いも こんにやく	669 kcal 35.2 g 25.3 g 3.0 g
11月	ごはん	○	親子煮 梅おかか和え かぼちゃのみそ汁	鶏肉 卵 おかか みそ	玉ねぎ にんじん 干し椎茸 三つ葉 切干大根 小松菜 梅干し かぼちゃ しめじ	米 砂糖 かたくり粉 砂糖	632 kcal 28.4 g 20.0 g 2.9 g
12火	ごはん	○	鮭のみそマヨ焼き ごま和え 凍り豆腐入り筑前煮 わかめのすまし汁	しろさけ みそ 凍り豆腐 さつま揚げ わかめ	ねぎ もやし 小松菜 しょうが れんこん たけのこ にんじん 枝豆 えのき 玉ねぎ	米 砂糖 かたくり粉 砂糖 ごま油 ごま 米油 こんにやく 砂糖	635 kcal 34.2 g 21.3 g 2.7 g
13水	大豆入り ミートソース・ スパゲッティ	○	インディアンサラダ かぶのスープ カラマンダリン	豚肉 大豆 チーズ ベーコン	玉ねぎ 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 にんじん きゅうり キャベツ どうもろこし かぶ カラマンダリン	スパゲッティ 米油 薄力粉 砂糖 オリーブ油 じゃがいも 砂糖 米油	644 kcal 29.2 g 20.4 g 2.6 g
14木	ごはん 中国	○	家常豆腐(豚肉と生揚げのみそ炒め) ごまじゃこ大根サラダ 春雨スープ	豚肉 生揚げ みそ ちりめんじゃこ	にんにく しょうが たけのこ ねぎ 干し椎茸 キャベツ にんじん ピーマン にんじん 水菜 切干大根 もやし にら にんじん きくらげ	米 米油 砂糖 かたくり粉 ごま油 砂糖 ごま	662 kcal 31.9 g 22.6 g 2.7 g
15金	かつおのおぼろ丼	○	もちもちポテト トマトときゅうりの中華和え 豚汁 甘夏	かつお 豚肉 木綿豆腐 みそ	しょうが 梅干し 小松菜 にんにく トマト きゅうり 大根 にんじん ごぼう ねぎ 甘夏	米 米油 砂糖 じゃがいも かたくり粉 砂糖 菜種油 砂糖 ごま ごま油 ごま油 こんにやく	692 kcal 33.9 g 18.5 g 2.7 g
18月	ごはん	○	ほっけの酒蒸し・みそソース 系かまぼことわかめの甘酢和え 生揚げのピリ辛煮 野菜スープ	ほっけ みそ かまぼこ わかめ 生揚げ 豚肉	しょうが キャベツ にんじん ねぎ にんにく 小松菜 にんじん 玉ねぎ	米 砂糖 ごま かたくり粉 砂糖 ごま油 春雨 米油 砂糖 かたくり粉	663 kcal 35.5 g 22.0 g 2.6 g
19火	ごはん 毎月19日は食育の日!	○	鶏肉の照り焼き お浸し じゃがいもの含め煮 大根のみそ汁	鶏肉 油揚げ みそ	しょうが しめじ もやし 白菜 にんじん 玉ねぎ さやいんげん 大根	米 砂糖 かたくり粉 ごま油 砂糖 じゃがいも 米油 しらたき 砂糖	601 kcal 30.7 g 16.0 g 2.7 g
20水	黒砂糖パン	○	アパガ入りクラッシュ イタリアンサラダ パイナップル	あさり ベーコン 牛乳 いんげん豆 金時豆	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ マッシュルーム アスパラガス キャベツ きゅうり 小松菜 どうもろこし レモン果汁 パイナップル にんにく 玉ねぎ 赤パプリカ	パン 米油 薄力粉 じゃがいも バター 砂糖 オリーブ油	624 kcal 25.0 g 23.0 g 2.4 g
21木	ごはん 小満5/21	○	擬製豆腐(甘酢あん) 和風サラダ にらともやしのごまみそ汁 でこぼん	木綿豆腐 ひじき 鶏肉 卵 豚肉 みそ	にんじん 干し椎茸 かぶ にんじん れんこん 枝豆 にんにく もやし にら でこぼん	米 米油 砂糖 かたくり粉 米油 砂糖 ごま油 ごま	638 kcal 29.5 g 21.5 g 2.0 g
22金	ごはん	○	豚肉の中華炒め ワンタンのバリバリサラダ 中華コンスープ	豚肉 ひじき チーズ ちりめんじゃこ ウインナー	にんにく しょうが にんじん 白菜 もやし たけのこ 青梗菜 きくらげ キャベツ にんじん きゅうり しょうが 玉ねぎ どうもろこし パセリ	米 ごま油 菜種油 かたくり粉 ワンタンの皮 ごま油 はちみつ 米油 かたくり粉	605 kcal 25.0 g 16.4 g 2.8 g
25月	ごはん	○	豚肉のバーベキュー風味 粉ふきいも ひじきの鉄骨サラダ トマトスープ	豚肉 ひじき チーズ ちりめんじゃこ ウインナー	玉ねぎ りんご しょうが にんにく ねぎ レモン果汁 小松菜 にんじん にんにく セロリ にんじん キャベツ トマト缶	米 米油 砂糖 かたくり粉 じゃがいも 砂糖 しらたき ごま 砂糖 オリーブ油	637 kcal 32.2 g 18.3 g 2.7 g
26火	祝 お赤飯 (ごま塩) 開校お祝い5/27	シヨア	ししゃもの磯辺揚げ お浸し お祝いすまし汁 河内晩柑	あすき ししゃも 青のり 卵 わかめ かまぼこ	キャベツ にんじん えのき にんじん 河内晩柑	米 ごま 薄力粉 菜種油 砂糖	617 kcal 24.2 g 14.4 g 2.9 g
27水	開校記念日						
28木	ごはん	○	えびと豆腐のチリソース キャベツのごまマヨ和え 青梗菜のスープ	えび 木綿豆腐 みそ	にんにく しょうが ねぎ 玉ねぎ 干し椎茸 さやいんげん キャベツ にんじん 小松菜 しょうが どうもろこし 玉ねぎ 青梗菜	米 かたくり粉 ごま油 砂糖 ごま油 砂糖 ごま	628 kcal 28.1 g 20.3 g 2.6 g
29金	ごはん	○	鶏肉のきつね煮 じゃがいものみそ汁 黒糖ミルクゼリー	油揚げ 鶏肉 みそ 牛乳 粉寒天	しょうが にんじん 玉ねぎ しめじ 小松菜 もやし ねぎ	米 しらたき 砂糖 かたくり粉 じゃがいも 砂糖	626 kcal 28.2 g 18.3 g 2.3 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。

月平均:エネルギー645kcal たんぱく質29.8g

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)。

脂質20.3g 塩分2.6g