

令和8年7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

毎週水曜日はパン・麵献立です

※記載の栄養価は中学部の値です。(おおそ小学校高学年=×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・麵・ 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 水	汁なし担々麵	○	三色ツナ和え 豆腐の中華スープ 小玉すいか	豚肉 大豆 ツナ 木綿豆腐	にんにく しょうが ねぎ だけのこ しょうが キャベツ にんじん もやし しそ 青梗菜 にんじん さくらげ 小玉すいか	中華麵 米油 ごま油 砂糖 ごま 砂糖	697 kcal 30.0 g 29.3 g 3.6 g
2 木	ごはん 半夏生7/2	○	鯖のカレー焼き 野菜の梅和え かぼちゃのピリ辛煮 打ち豆汁	さば わかめ 大豆 みそ	にんにく きゅうり にんじん 梅干し かぼちゃ しょうが にんにく 干し椎茸 ごぼう にんじん 切干大根 小松菜 ねぎ	米 砂糖 しらたき 米油 砂糖	719 kcal 28.6 g 28.8 g 2.6 g
3 金	ごはん	○	鶏肉のハニーマスタード焼き ラタトゥイユ じゃがいものスープ みかん入りカルピスゼリー	鶏肉 ウインナー 牛乳 カルピス 粉寒天	しょうが にんにく レモン果汁 にんにく 切り なす ズッキーニ トマト にんじん 小松菜 玉ねぎ 黄パプリカ にんじん みかん缶	米 かたくり粉 オリーブ油 砂糖 はちみつ じゃがいも 砂糖	600 kcal 28.6 g 16.1 g 2.0 g
6 月	ちらし寿司 先取り!セタ7/7	○	なすのなべしぎ セタそうめん汁 パイナップル	油揚げ 卵 豚肉 みそ かまぼこ	干し椎茸 かんぴょう にんじん れんこん だけのこ 枝豆 なす さやいんげん にんじん おくら パイナップル	米 砂糖 ごま 米油 ごま油 砂糖 かたくり粉 そうめん	639 kcal 24.7 g 22.3 g 2.6 g
7 火	ポークカレーライス 食育授業	○	小松菜の塩だれサラダ 蒸しとうもろこし	豚肉 チーズ 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 キャベツ 小松菜 しめじ にんにく ねぎ レモン果汁 きゅうり とうもろこし	米 米油 じゃがいも 砂糖 薄力粉 砂糖 ごま油	677 kcal 24.0 g 20.7 g 2.1 g
8 水	みそラーメン ラーメンの日7/11	○	細切りポテトのハニースラダ 桃ゼリー	豚肉 みそ 粉寒天	にんにく しょうが 玉ねぎ もやし にんじん キャベツ 青梗菜 ねぎ にんじん ブロッコリー キャベツ 桃ジュース	中華麵 ごま油 ごま かたくり粉 じゃがいも 菜種油 米油 砂糖 はちみつ	643 kcal 28.2 g 19.5 g 3.1 g
9 木	ごはん	○	豚肉の柳川風煮 もずくの甘酢和え 小松菜のみそ汁	豚肉 生揚げ 卵 もずく 竹輪 みそ	玉ねぎ ごぼう 三つ葉 もやし きゅうり にんじん えのき 小松菜 ねぎ	米 麴 砂糖 かたくり粉 砂糖	640 kcal 32.4 g 19.4 g 2.7 g
10 金	ごはん (梅ひじきふりかけ) 冬瓜の日7/10	○	鰯の香味焼き お浸し 冬瓜と油揚げのうま煮 キャベツのみそ汁	ひきき ちりめんじゃこ あじ みそ 油揚げ わかめ みそ	梅干し しょうが にんにく ねぎ 小松菜 にんじん 切干大根 冬瓜 にんじん 枝豆 キャベツ	米 ごま油 ごま 砂糖 ごま油 砂糖 砂糖	605 kcal 32.6 g 17.0 g 3.5 g
13 月	ごはん	○	鮭のバターしょうゆ焼き ごま和え かぼちゃのスパイシー揚げ なすと玉ねぎのみそ汁	しろさけ みそ	にんにく しめじ にんじん 小松菜 かぼちゃ にんにく しょうが なす 玉ねぎ 小ねぎ	米 かたくり粉 バター こんにゃく 砂糖 ごま油 ごま 砂糖 米粉 菜種油 米油	649 kcal 31.5 g 19.1 g 2.4 g
14 火	ゴーヤ入り そぼろ丼 沖縄県	○	トマトとおくらの中華和え アーサー汁 さつまいものレモン煮	豚肉 大豆 みそ 卵 あおさ 木綿豆腐	しょうが にんにく にんじん ゴーヤ トマト おくら キャベツ 干し椎茸 しょうが 干しぶどう レモン果汁	米 米油 砂糖 砂糖 ごま油 ごま さつまいも はちみつ 砂糖	704 kcal 26.1 g 21.8 g 2.8 g
15 水	セサミトースト	○	ポークビーンズ ピーマンのじゃこ和え メロン (赤肉)	大豆 金時豆 豚肉 ちりめんじゃこ	玉ねぎ にんじん セロリ にんにく トマト缶 グリンピース もやし ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ メロン	パン バター ごま 砂糖 砂糖 はちみつ じゃがいも オリーブ油 ごま油 砂糖 ごま	603 kcal 28.8 g 22.7 g 2.7 g
16 木	ごはん お楽しみ献立♪	○	鶏肉の唐揚げ 和風サラダ 生揚げ入り五目汁 冷たいデザート♪りんごコンポート	鶏肉 生揚げ みそ	しょうが にんにく とうもろこし キャベツ にんじん きゅうり ごぼう 枝豆 にんじん かぶ ねぎ りんご	米 米粉 菜種油 米油 砂糖 こんにゃく 里いも 砂糖	668 kcal 31.0 g 23.0 g 1.8 g



2学期の給食は 9月2日(水)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654kcal たんぱく質28.9g
脂質21.6g 塩分2.7g