



4月 献立予定表



令和6年 △中期食 初期食

東京都立北特別支援学校長 小池 巳世

日	主食	牛乳	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
12 金	△ポークカレー	○	△コーンサラダ △フルーツヨーグルト △ウルトラスープ	牛乳、豚モモ、プレーンヨーグルト、ウルトラスープ	精白米、じゃがいも、ながいも、くずでん粉、薄力粉、有塩バター、サラダ油、三温糖、上白糖	玉葱、人参、冷凍グリーンピース、生姜、りんご、キャベツ、きゅうり、ｸﾘｰﾑｺﾝ、黄桃缶、みかん缶、りんご缶	618 kcal 23.3 g 20.2 g 2.6 g
15 月	△きつねうどん	○	△野菜とひじきのサラダ △さつま芋のれんげし煮 △ウルトラスープ	牛乳、鶏肉、ウルトラスープ、木綿豆腐、干ひじき	ひやむぎ、三温糖、サラダ油、くずでん粉、ながいも、ごま油、練りごま、さつまいも、上白糖	生姜、生しいたけ、玉葱、人参、ねぎ、キャベツ、オレンジジュース	527 kcal 25.5 g 14.8 g 3.7 g
16 火	△バターパン粥	○	△鶏肉の炒め物 △グリーンマックスボート △イタリアンサラダ △かぶときのこのスープ	牛乳、調理用牛乳、鶏肉、ロースハム、ウルトラスープ	食パン、有塩バター、ながいも、くずでん粉、三温糖、じゃがいも、バター、サラダ油	しょうが、玉葱、冷凍グリーンピース、キャベツ、きゅうり、大根、赤ピーマン、マッシュルーム、かぶ、かぶ葉	505 kcal 27.7 g 22.3 g 2.0 g
17 水	△白粥	○	△茶碗蒸しあんかけ △煮豆 △春のきんぴら △野菜碗	牛乳、たまご、調理用牛乳、生クリーム、金時豆、ウルトラスープ	精白米、三温糖、くずでん粉、ごま油、練りごま	人参、ごぼう、れんこん、えのきたけ、かぶ、かぶ葉、ねぎ	454 kcal 17.4 g 16.3 g 1.3 g
18 木	△白粥	○	△肉じゃが煮 △ごまとはんぺんサラダ △みそ汁 △ミルクコーヒーゼリー	牛乳、豚モモ、ウルトラスープ、はんぺん、赤みそ、白みそ、生わかめ、調理用牛乳	精白米、ながいも、くずでん粉、じゃがいも、板こんにやく、三温糖、練りごま、サラダ油	生姜、冷凍グリーンピース、玉葱、人参、キャベツ、きゅうり、大根	524 kcal 24.3 g 15.5 g 1.7 g
19 金	△白粥	○	△鶏肉の炒め物 △春野菜の煮物 △実だくさん汁	牛乳、鶏肉、絹ごし豆腐、ウルトラスープ	精白米、ながいも、くずでん粉、三温糖、さといも、炒め油	玉葱、しょうが汁、ふき、たけのこ水煮、人参、ねぎ、生しいたけ、えのきたけ、ごぼう	429 kcal 22.8 g 11.2 g 1.7 g
22 月	△チキンピラフがゆ	○	△鉄骨サラダ △ジュリエット △ぶどうゼリー	牛乳、鶏肉、干ひじき、ウルトラスープ、はんぺん、粉チーズ	精白米、ながいも、くずでん粉、有塩バター、サラダ油、上白糖、三温糖	生姜、玉葱、人参、冷凍グリーンピース、マッシュルーム、ｸﾘｰﾑｺﾝ、キャベツ、ほうれん草、レモン果汁、赤ピーマン、ぶどうジュース	493 kcal 24.2 g 13.3 g 1.7 g
23 火	△ゆかり粥	○	△じゃが芋の炒め物 △切干大根サラダ △すまし汁	牛乳、豚モモ、調理用牛乳、生クリーム、生わかめ、ウルトラスープ	精白米、三温糖、くずでん粉、じゃがいも、有塩バター、揚げ油、生パン粉、サラダ油、ごま油	玉葱、人参、キャベツ、大根、きゅうり、ほうれん草、まいたけ	453 kcal 18.4 g 15.8 g 1.6 g
24 水	△白粥	○	△麻婆豆腐 △ハムとキャベツの和え物 △鶏肉とわかめのスープ	牛乳、豚モモ、大豆水煮、木綿豆腐、赤みそ、ロースハム、生わかめ、ウルトラスープ	精白米、ながいも、くずでん粉、三温糖、ごま油、サラダ油	しょうが汁、玉葱、たけのこ水煮、干し椎茸、人参、きゅうり、キャベツ、生姜	514 kcal 28.4 g 18.5 g 2.0 g
25 木	△ココアパン粥	○	△ポークビーンズ △コーンとキャベツの炒め物 △フルーツゼリー △ウルトラスープ	牛乳、調理用牛乳、金時豆、豚モモ、ウルトラスープ	食パン、三温糖、炒め油、ながいも、くずでん粉、じゃがいも、サラダ油、上白糖	にんにく、生姜、玉葱、人参、セロリ、冷凍グリーンピース、ｸﾘｰﾑｺﾝ、キャベツ、きゅうり、赤ピーマン、黄桃缶、みかん缶	613 kcal 29.3 g 21.2 g 2.1 g
26 金	△白粥	○	△鯖の炒め物(おろしソース) △キャベツの甘酢サラダ △けんちん汁	牛乳、さば、かじきまぐろ、絹ごし豆腐、ウルトラスープ	精白米、ながいも、くずでん粉、三温糖、さといも、ごま油	生姜、レモン果汁、大根、キャベツ、きゅうり、人参、ねぎ、ごぼう	420 kcal 20.0 g 14.0 g 1.4 g
30 火	△粥	○	△魚の炒め物(醤油がれ) △干草和え △かきたま汁 △水ようかん	牛乳、かじきまぐろ、ウルトラスープ、たまご、あずき(こし)	精白米、ながいも、くずでん粉、三温糖、練りごま、ごま油、炒め油	たけのこ水煮、生姜、白菜、きゅうり、人参、玉葱	500 kcal 26.2 g 14.0 g 2.0 g

*献立は都合により変更することがあります

献立提供部: 中高等部
640kcal
(560~730)



きゅうしょくだより



きゅうしょく 給食はしまりまーす!



にゅう がく しん きゅう 入学・進級おめでとう

うらかな春の日差しのもと、ピカピカの新入生を迎え、新年度が始まりました。

ご入学・ご進級おめでとうございます。4月は、新しい生活への期待に胸を膨らませる一方で、環境が変わり、疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。夜は早めに寝て、朝食をしっかりと食べてから登校することが大切です。

今年度も、安心・安全でおいしい給食を提供できるよう職員一丸となって取り組んでまいります。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願い致します。

