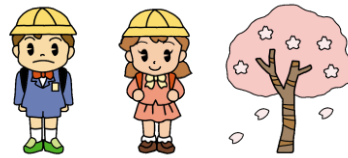


令和6年度 4月 学校給食予定献立表



静岡県立浜名特別支援学校

「はしセット」には、名前の記入をお願いします。

日	曜日	行事食	献立名		アレルギー表示				主な材料とその働き			栄養価				
					小麦	乳	卵	他	血や肉や骨のもとになるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分	
												kcal	g	g	g	
10	水	入学お祝い献立① 	さくらごはん	ハンバーグ					豚肉、鶏肉	玉ねぎ、トマト、にんにく、しょうが	米、さとう	小	412	13.9	10.0	1.1
				ゆでブロッコリー						ブロッコリー		中	466	15.4	10.4	1.5
			牛乳	豚汁					豚肉、みそ	ごぼう、大根、人参、キャベツ、根深ねぎ	じゃがいも	大	684	27.8	19.5	2.0
				お祝いいちごゼリー					牛乳		ゼリー					
11	木		食パン	グリルチキンのパベQソース	○	○			鶏肉	玉ねぎ、りんご	パン、米油、さとう、ごま	小	353	17.0	14.9	1.4
			メイプルジャム	まめ豆サラダ			○		ハム、大豆、ヨーグルト	ブロッコリー、パプリカ	金時豆、マヨネーズ、風ドレッシング、さとう	中	429	17.3	15.2	1.7
			牛乳	春野菜のスープ					牛乳、ベーコン	玉ねぎ、セロリ、人参、キャベツ		大	505	20.5	18.2	2.7
12	金		(ごはん)	五目チャーハン			○		ベーコン、卵、なると	根深ねぎ、しいたけ、たけのこ、グリーンピース	米、ごま油	小	345	10.2	10.3	1.2
				揚げぎょうざ			○		豚肉	キャベツ、玉ねぎ、にら、しょうが	さとう、ごま油、小麦粉、米油	中	542	18.7	20.3	1.8
			牛乳	豆腐と野菜の中華スープ					豚肉、豆腐	人参、しいたけ、根深ねぎ、小松菜		大	668	25.7	21.5	2.7
				マンゴープリン					牛乳		マンゴープリン	の素				
15	月	入学お祝い献立② 	ごはん	ポークカレー	○	○			豚肉	玉ねぎ、にんにく、しょうが、人参、りんご、グリーンピース	米、じゃがいも、ルウ、米油	小	621	23.1	22.6	1.6
				春キャベツのフレンチサラダ						キャベツ、きゅうり、玉ねぎ、コーン	さとう、米油	中	706	26.2	25.0	1.8
			牛乳	お祝いクレープ					牛乳		クレープ	大	793	29.5	27.0	1.9
16	火		(ごはん)	ケチャップライス			○		ベーコン	玉ねぎ、人参、コーン、トマト、ピーマン	米、バター、米油	小	477	15.6	19.2	1.9
				かじきのマヨパン粉焼き			○	○	かじき、チーズ	にんにく	マヨネーズ、風ドレッシング、パン粉	中	551	17.7	21.6	2.0
			牛乳	ミニトマト						ミニトマト		大	696	33.5	25.2	2.4
				野菜のミルクスープ			○		牛乳、ベーコン	玉ねぎ、人参、キャベツ	じゃがいも、バター、でん粉					
17	水		ごはん	麻婆豆腐					豚肉、豆腐、みそ	しょうが、にんにく、たけのこ、人参、玉ねぎ	米、ごま油、でん粉、さとう	小	355	15.0	7.6	1.8
				小松菜とひじきのナムル					ひじき	小松菜、人参	ごま油、さとう、ごま	中	554	25	17.4	2.4
			牛乳	春雨のスープ					牛乳	しいたけ、人参、根深ねぎ	春雨	大	635	28.3	18.9	2.6
18	木	カミカミ献立 良い歯の日 	丸形パン	ポテとお米のササミカツ	○	○			鶏肉		パン、じゃがいも、米粉、さとう、米油	小	462	20.5	18	1.9
				春キャベツ入りポテトサラダ						キャベツ、玉ねぎ、きゅうり、人参、コーン	じゃがいも、マヨネーズ、風ドレッシング	中	561	21.2	18.2	2.0
			牛乳	ABCスープ					鶏肉	人参、玉ねぎ、もやし	マカロニ	大	660	27.6	21.5	2.4
				バナナ					バナナ牛乳	バナナ						
19	金	食育の日「たけのこ」	ごはん	たけのことあらめの煮物					鶏肉、あらめ	たけのこ、人参、いんげん	米、米油、さとう	小	439	17.4	12.3	1.9
				くきわかめのサラダ			○		くきわかめ	キャベツ、人参、コーン	ごま	中	507	19.4	13.2	2.3
			牛乳	じゃがいものみそ汁					牛乳、油揚げ、みそ	玉ねぎ	じゃがいも	大	576	21.4	14.2	2.5
22	月		ごはん	青椒肉絲					豚肉	しょうが、たけのこ、にんにく、ピーマン、パプリカ	米、ごま油、さとう	小	435	20.8	13.9	1.3
				いかチヂミ			○		イイカ	キャベツ、にら	小麦粉、米粉	中	504	23.5	15.1	1.4
			牛乳	チンゲン菜の中華スープ					牛乳、豚肉	人参、きくらげ、根深ねぎ、チンゲン菜	ごま油	大	688	29.2	22.7	2.5
23	火	ふるさと給食の日「いちご」	食パン	サーモンフライ	○	○			鮭		パン、パン粉、小麦粉、米油	小	397	20.5	16.1	1.9
			手作りいちごジャム	粉ふきいも					青のり	いちご、レモン汁	さとう、じゃがいも	中	482	22.6	17.3	2.0
			牛乳	キャベツとウインナーのスープ					牛乳、ウインナー	しいたけ、キャベツ、人参、玉ねぎ		大	568	26.6	20.4	2.6

◎材料の都合により、献立が変更になることがあります。 ◎飲用牛乳のアレルギー表示はしていません。

◎その他のアレルギー表示 貝:貝、キ:キウイフルーツ、グ:グレープフルーツ、バ:バナナ、エ:エビ、カ:カニ、イ:イカ、タ:タコ、ナ:ナッツ

令和6年度 4月 学校給食予定献立表



静岡県立浜名特別支援学校

「はしセット」には、名前の記入をお願いします。

日	曜日	行事食	献立名		アレルギー表示				主な材料とその働き			栄養価				
					小麦	乳	卵	他	血や肉や骨のもとになるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分	
												kcal	g	g	g	
24	水		ごはん	お好み焼き風ハンバーグ	○	○			豚肉、牛肉、高野豆腐、牛乳、青のり、かつお節	玉ねぎ、根深ねぎ	米、でん粉、マヨネーズ風ドレッシング	小	507	23.1	19.7	1.6
				野菜のごま酢和え						キャベツ、きゅうり、人参	ごま、さとう	中	589	26.4	22.3	2.0
			牛乳	かぶのみそ汁					牛乳、油揚げ、みそ	かぶ、小松菜		大	675	30	24.8	2.4
25	木	セレクト献立	(ごはん)	エビと野菜のピラフ	○		エ	エビ	玉ねぎ、人参、コーン	米、バター	小	409	16.7	12.4	1.7	
				ポークピカタ	○	○	○	豚肉、卵、チーズ		小麦粉	中	460	18.8	13.4	2.1	
			牛乳	ミネストローネスープ	○			ベーコン	にんにく、人参、玉ねぎ、大根、セロリ、トマト	マカロニ、さとう	大	600	38.1	15.9	2.5	
				セレクトゼリーりんごのみかん				牛乳		ゼリー						
26	金		ごはん	さばの塩焼き				さば		米	小	402	15.3	12.5	1.4	
				ひじきとチーズの和風サラダ		○		ひじき、チーズ	人参、枝豆	さとう	中	453	16.8	13.2	1.5	
			牛乳	切干し大根のみそ汁				牛乳、厚揚げ、みそ	切干し大根、小松菜		大	650	31.5	24.7	2.0	
30	火	ソフト麺	ソフト麺	ボンゴレミートソース	○		貝	豚肉、あさり	玉ねぎ、にんにく、人参、しめじ、トマト	めん、オリーブ油	小	306	18.4	12.6	1.8	
				春野菜のサラダ					キャベツ、コーン、赤玉ねぎ	さとう、米油	中	332	19.8	13.7	1.9	
			牛乳	いなさヨーグルト		○		牛乳		加糖ヨーグルト	大	603	29.9	15.7	2.2	

◎材料の都合により、献立が変更になることがあります。 ◎飲用牛乳のアレルギー表示はしていません。

◎その他のアレルギー表示 貝:貝、キ:キウイフルーツ、グ:グレープフルーツ、パ:バナナ、エ:エビ、カ:カニ、イ:イカ、タ:タコ、ナ:ナッツ



＜給食の分量について＞

おかずは年齢にあわせ、3段階に設定しています。運動量や体の大きさ、食べられる量など個人差については、主食の量で調整します。

- ①小学部1,2,3年生(小) (540kcal程度)
- ②小学部4,5,6年生(中) (690kcal程度)
- ③中学部・高等部(大) (720kcal程度)

※形態食(ペースト食、マッシュ食)は、概ね上記の70～80%になります。

＜きゅうしょくの約束＞

- ★はし・スプーン・フォークを持ってこよう。(毎日きれいに洗ってね。)
- ★手をせっけんできれいにあらおう。
- ★あいさつをしよう。(「いただきます。」「ごちそうさま。」)
- ★準備や後片付けをしよう。(できることをひやそう。)

～旬の食べ物～「いちご」

いちごの旬は、本来今の季節です。でも今はハウス栽培が当たり前になり、クリスマスの前から大きくておいしいいちごが出回るようになりましたね。今月は、今シーズン最後のいちごになります。

27日(木)は手作りのジャムをつくります。手作りジャムはいちごの使用量が多いので、風味がよくて味も濃厚!お皿までなめたくなるおいしさです。ジャム用のお買い得いちごを見かけたら、ぜひ作ってみてください。



「手作りいちごジャム」

～出来上がり200g～

＜材料＞

- ・いちご(ジャム用) 200g
- ・さとう 80g
- ・レモン少々←市販の果汁でもOK

＜つくり方＞

- ①いちごは洗って、1個1個へたを取る。(適当な大きさに切る。)
- ②ホーローまたは厚手の鍋に①と砂糖を入れて混ぜ合わせ、水分が出るまでしばらくおいておく。
- ③火をつけて煮る。焦げないように火加減に気を付ける。
- ④白い泡が出てきたら丁寧にくい取る。
- ⑤元のいちごの重量になるまで煮続ける。

