

令和6年度 4月 給食予定献立表

※ 状況により献立を変更することがあります。加工品の材料は()で表示しています。
旬の食材は**太字**で表示、旬の食材を使用したオススメメニューには下線を引いています。

静岡県立静岡聴覚特別支援学校(静岡県立静岡聾学校)

日	献立名	色			栄養価
		赤 血や肉や骨の もとになるもの	緑 体の調子を整えるもの	黄 熱や力のもとになるもの	
11 木	ビビンバどん	豚肉	にんにく しょうが もやし にんじん ごまつば	米 ごま油 三温糖 ごま	722kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳			32.2g
	わかめとたまごのスープ	わかめ 豆腐 卵	玉ねぎ 葉ねぎ	片栗粉	26.8%
	すりおろしりんご		(りんご りんご果汁)	(砂糖 ぶどう糖)	2.7g
12 金	ごはん			米	737kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳			38.1g
	てばもとののもの	鶏肉	レモン果汁 しょうが	三温糖	31.1%
	<u>ごまみそあえ</u>	みそ	ごまつば キャベツ にんじん	ごま 三温糖	2.4g
	だいこんともやしのみそしる	みそ	だいこん もやし 葉ねぎ		
15 月	ごはん			米	740kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳			23.1g
	まめいりカレー	牛肉 豚レバー	にんにく しょうが にんじん 玉ねぎ	油 カレールウ ジャがいも 金時豆	27.7%
	<u>たくあんあえ</u>		キャベツ きゅうり たくあん漬け		2.2g
16 火	ごはん			米	714kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳			31.9g
	ぶたのしょうがいため	豚肉	玉ねぎ にんじん しょうが	ごま油 三温糖	27.1%
	<u>もやしのさっぱりサラダ</u>		もやし ごまつば にんじん	三温糖 ごま油 ごま	2.4g
	<u>ぐだくさんのみそしる</u>	みそ 豆腐 油揚げ	なめこ ごぼう 葉ねぎ たけのこ	じゃがいも	
17 水	ごはん			米	711kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳			23.8g
	ちくわのいそべあげ	ちくわ 青のり		油 小麦粉	28.1%
	<u>いそマヨネーズあえ</u>	のり ハム かつお節	キャベツ きゅうり	マヨネーズ	2.9g
	あさりとやさいのみそしる	こんぶ あさり みそ	切り干し大根 にんじん 玉ねぎ えのき		
18 木	ごはん			米	753kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳			30.9g
	<u>なまあげとぶたにくのみそいため</u>	豚肉 生揚げ みそ	しょうが にんじん キャベツ たけのこ	ごま油 三温糖 片栗粉	30.8%
	<u>きりぼしだいこんのナムル</u>		切り干し大根 ごまつば にんじん	ごま油 三温糖	2.8g
	もずくスープ	もずく 豆腐	チンゲン菜	ごま油	
19 金	ソフトめん			(小麦粉)	754kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳			32.1g
	<u>セロリいりミートソース</u>	豚肉 豚レバー チーズ	にんにく しょうが 玉ねぎ セロリ にんじん マツシユルム	油 小麦粉 三温糖	34.9%
	<u>ひじきとキャベツのサラダ</u>	ひじき	キャベツ とうもろこし	ごま 青じそドレッシング	2.4g
20 土	むぎごはん			米 麦	746kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳			22.6g
	<u>あげぎょうざ</u>	豚肉	キャベツ しょうが にんじん にんにく	油 ぎょうざの皮 片栗粉 三温糖 ごま油	29.5%
	はるさめのごまふうみ		にんじん 枝豆	春雨 油 三温糖 ごま	2.7g
	わかめととうふのスープ	豆腐 わかめ	にら		
22 月	振替休業日				

食事マナーを守って
楽しく食べましょう!

食事にはエネルギーや栄養素をとる以外にも、人と人のつながりを深めたり、心を和ませたりする働きがあります。食事マナーは昔から伝えられてきたもので、相手への思いやりの気持ちがあらわれたものです。食器の持ち方や姿勢、話す内容に気を配り、一緒に食べる人にいやな思いをさせないようにすることが大切です。
食事の場が楽しい雰囲気になるように、みんなで工夫しましょう。



日	献立名	赤			緑			黄			栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 水分
		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			
23	ごはん								米		751kcal
火	ぎゅうにゅう	牛乳									24.4g
	さばのカレーあげ	さば						油 片栗粉			36.4%
	やさいのあさづけ				にんじん だいこん キャベツ レモン果汁			三温糖 油			2.8g
	もやしとにらのみそしる	みそ		もやし にら							
	ごはん								米		713kcal
水	ぎゅうにゅう	牛乳							◎ 4月のテーマ食材 ◎ 「たけのこ」を使った献立		27.0g
	とうふでんがく	豆腐 みそ		ふるさと給食 静岡市内産「たけのこ」「さやいんげん」					ごま 三温糖		26.5%
	こんさいのいために	こんぶ			玉ねぎ にんじん さやいんげん				ごま油 じゃがいも		2.6g
	わかたけじる	わかめ			たけのこ みつば						
	ごはん のりのつくだに	のり							米 三温糖		773kcal
木	ぎゅうにゅう	牛乳							◎ 4月のテーマ食材 ◎ 「たけのこ」を使った献立		23.5g
	うなぎもコロツケ	(植物性たん白)		幼稚園 もも組 給食開始					(さつまいも じゃがいも 砂糖 小麦粉 てん粉 植物性油脂) 油		25.1%
	ごもくひじき	ひじき 油揚げ			ごぼう にんじん さやいんげん たけのこ				ごま油 三温糖		3.3g
	カニカマとたまごのみそしる	みそ かに風味かまぼこ 卵			ほうれん草				片栗粉		
	コッペパン	(脱脂粉乳)							(小麦粉 ショートニング 上白糖)		721kcal
金	ぎゅうにゅう	牛乳									34.3g
	やきそば	豚肉			玉ねぎ にんじん キャベツ				中華めん ごま油		27.0%
	こまつなとエリンギのサラダ	ツナ			こまつな エリンギ				三温糖 油		3.7g
	にくだんごスープ	豚肉 牛乳			にんじん セロリ トマト しょうが 玉ねぎ				三温糖 片栗粉		
	バナナ				バナナ						
	29月	昭和の日									
30火	せきはん									米 もち米 小豆 黒ごま	758kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳									31.0g
	とりのごまソース	鶏肉 みそ								ごま 三温糖	31.3%
	ほうれんそうのおひたし	かつお節			もやし ほうれん草 にんじん						3.4g
	スナップエンドウのみそしる	油揚げ みそ			スナップエンドウ キャベツ						
	おいわいデザート	(豆乳加工品 ゼラチン)			いちご					(砂糖 果糖ぶどう糖液糖 水あめ ぶどう糖 粉あめ)	

御入学・御進級おめでとうございます

春の暖かな陽気に包まれる中、新年度を迎えました。今年度も安全に気をつけて、安心して食べられるおいしい給食づくりに努めていきます。また、給食をとおして、子どもたちに「食の大切さ」を伝えていきたいと思ひます。どうぞよろしくお願ひいたします。



この献立表に記載している栄養価は中学生の一人あたりの値です。本校学部別の給食は、下記の基準に基づき、献立を作成しています。各学年のエネルギー・たんぱく質・脂質の基準値は表のとおりです。

学部・学年	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (%)
幼稚園	480	16	25~30
小学部低	570	21	
小学部中	620	23	
小学部高	670	25	
中学部	790	28	

毎月の献立表を御確認ください。

毎月配布している献立表には、献立名や使用している食材などが書かれています。食べたことがない食材があった時は、ぜひ御家庭で一度食べてみてください。家族で一緒に確認して、話題にしてみませんか。

