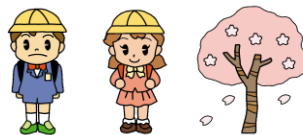


令和8年度 4月 学校給食予定献立表



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 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	塩分 g		
10	金	入学お祝い献立① 	ごはん	花型ハンバーグ					鶏肉、豚肉	玉ねぎ、トマト、生姜、にんにく	米、さとう	小	472	13.8	11.5	1.4
				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					
			牛乳	玉ねぎとわかめのみそ汁					油揚げ、わかめ、みそ	玉ねぎ 						
				さくらゼリー					牛乳		さくらゼリー					
13	月		ごはん	麻婆豆腐					牛乳、豚肉、豆腐、みそ	たけのこ、人参、玉ねぎ、にんにく、生姜	米、ごま油、さとう、でん粉	小	551	25.7	17.6	2.4
				春雨サラダ						人参、もやし、きゅうり、コーン	春雨、ごま、さとう、ごま油					
			牛乳	チンゲン菜の中華スープ					牛乳、豚肉	玉ねぎ、きくらげ、白ねぎ、チンゲン菜	ごま油					
14	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	小	560	28.1	19.4	2.0
				ポークピカタ	○	○	○		豚肉、卵、チーズ		小麦粉					
			牛乳	野菜のミルクスープ			○		牛乳、鶏肉	玉ねぎ、人参、キャベツ 	バター、じゃがいも、でん粉					
15	水	カミカミ献立 	麦ごはん	目鯛のずんだ焼き					目鯛 	枝豆	米、マヨネーズ風ドレッシング	小	539	27.3	18.6	1.6
				たけのことあらめの煮物					あらめ、鶏肉	たけのこ、人参、いんげん	米油、さとう					
			牛乳	切干し大根のみそ汁					牛乳、厚揚げ、みそ	大根、小松菜						
16	木	入学お祝い献立② 	(ごはん)	チキンカレー		○	○		鶏肉	人参、玉ねぎ、にんにく、りんご、グリルピース、生姜	米、米油、じゃがいも、カレールー	小	681	22.4	24.0	1.8
				春キャベツのパスタサラダ		○			ハム	キャベツ、きゅうり、コーン 	スパゲッティ、マヨネーズ風ドレッシング					
			牛乳	お祝いクレープ					牛乳		クレープ(乳卵不使用)					
17	金	食育の日「いちご」 	食パン	手作りいちごジャム		○	○			いちご、レモン	食パン、さとう	小	451	17.5	22.1	1.9
				ツナコロッケ		○			ツナ	玉ねぎ	じゃがいも、さとう、パン粉、米粉、小麦粉、米油					
			牛乳	ブロッコリーとコーンのソテー						ブロッコリー、コーン	米油					
			キャベツとウインナーのスープ					牛乳、ウインナー	キャベツ、人参、玉ねぎ、しいたけ		大	623	23.3	27.8	2.7	

◎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。

◎醤油・酢に含まれる小麦は表示していません。

◎「そば」「落花生」「くるみ」は、給食では使用しません。

◎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

～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。

17日(金)は手作りのジャムをつくります。手作りジャムはいちごをたくさん使うので、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。



<つくり方>

- ①いちごは洗って、1個1個ヘタを取る。(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すくいとる。
 - ⑤元のいちごの重量になるまで煮続ける。
 - ⑥仕上げにレモン果汁を加えて混ぜる。
- ※煮ているとき、できるだけかき混ぜないのがコツです。

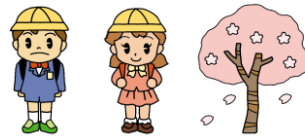
「手作りいちごジャム」

～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

令和8年度 4月 学校給食予定献立表



「はしセット」には、名前の記入をお願いします。

静岡県立浜名特別支援学校

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 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	塩分 g		
20	月		(ごはん)	豚丼					豚肉	玉ねぎ、人参、生姜	米、こんにやく、さとう	小	561	24.8	19.6	2.0
				野菜のじゃこ和え					しらす	もやし、小松菜、人参	さとう、ごま、ごま油					
			牛乳	キャベツのみそ汁					牛乳、油揚げ、みそ	キャベツ、なめこ						
21	火		(ごはん)	たけのこ入り鶏飯					鶏肉	たけのこ、しいたけ、人参、枝豆	米	小	529	25.1	19.3	2.2
				さばの塩こうじごま焼き					さば		ごま					
			牛乳	野菜の即席漬け						キャベツ、きゅうり、大根	ごま					
				かきたま汁				○	牛乳、卵	えのき、玉ねぎ、人参	でん粉					
22	水	セレクト ふりかけ 献立	ごはん	きびなごフライ			○		きびなご		米、でん粉、パン粉、米油	小	546	20.5	16.5	2.0
			おかかorわかめ	新じゃがと春野菜の煮物					豚肉	生姜、人参、玉ねぎ、さやえんどう	じゃがいも、こんにやく、さとう、でん粉					
			牛乳	豚汁					牛乳、豚肉、豆腐、みそ	ごぼう、大根、人参、白ねぎ、ごぼう						
23	木	ふるさと 給食の日 「キャベツ」	ごはん	キャベツたっぷり回鍋肉					豚肉、みそ	にんにく、人参、しいたけ、キャベツ、ピーマン、玉ねぎ	米、ごま油、でん粉	小	591	24.7	21.2	1.8
				蒸し餃子			○		豚肉	キャベツ、玉ねぎ、ニラ、しょうが	米、小麦粉、でん粉、さとう、米油					
			牛乳	わかめスープ					牛乳、わかめ	玉ねぎ、えのき	ごま油、ごま					
24	金		食パン	グリルチキンのバーベキューソース焼き			○	○	鶏肉	生姜、にんにく、りんご、レモン	食パン、さとう	小	442	22.5	20.3	2.1
			メイプルジャム	まめ豆サラダ				○	ハム、大豆、ヨーグルト	ブロックリー、赤ピーマン、黄ピーマン	メイプルジャム、金時豆、マヨネーズ風ドレッシング、さとう					
			牛乳	春野菜のスープ					牛乳、ベーコン	玉ねぎ、人参、セロリ、キャベツ						
27	月		ごはん	いわしの生姜煮					いわし	生姜	米	小	550	21.2	20.3	1.8
				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					
			牛乳	厚揚げのみそ汁					厚揚げ、みそ	キャベツ、人参						
				りんごゼリー					牛乳		りんごゼリー					
28	火		丸型パン	ポロニアステーキ			○	○	鶏肉、豚肉		パン、さとう	小	462	20.7	22.3	1.8
				蒸しキャベツ ミニトマト						キャベツ、ミニトマト						
			牛乳	コーンポタージュ				○	○	牛乳、ベーコン	コーン、玉ねぎ	米油、バター、小麦粉				
29	水	昭和の日														
30	木		ごはん	肉豆腐					豚肉、豆腐	人参、しいたけ、玉ねぎ、葉ねぎ	米、こんにやく、さとう	小	526	25.2	16.0	1.7
				野菜のおひたし					かつお節	小松菜、もやし、人参						
			牛乳	じゃがいものみそ汁					牛乳、油揚げ、わかめ、みそ	えのき	じゃがいも					

◎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。

◎醤油・酢に含まれる小麦は表示していません。

◎「そば」「落花生」「くるみ」は、給食では使用しません。

◎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



＜きゅうしよくの約束＞
 ★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。(できることをふやそう。)