

令和7年度 4月給食献立表

浜松みをつくし特別支援学校

日 曜日	料 理 名	血・肉・骨になる	体の調子を整える	熱や力のもと	エネルギーkcal たんぱく質g 脂質g 塩分g
10 木	牛乳 わかめごはん 和風ハンバーグ なめたけあえ とり汁	牛乳 豚肉 牛肉 牛乳 卵 とり肉	わかめ 玉ねぎ キャベツ きゅうり えのき 大根 人参 小松菜	米 パン粉 片栗粉 砂糖 砂糖	710 33.5 24.8 3.9
11 金	牛乳 ごはん 豆腐の肉みそかけ 大根とツナのサラダ すまし汁	牛乳 豆腐 とり肉 みそ まぐろ油漬け 白はんぺん	玉ねぎ 人参 ねぎ しょうが 大根 きゅうり チンゲン菜 えのき	米 片栗粉 砂糖 植物油 マヨネーズ	707 28.9 28.2 2.8
14 月	牛乳 ごはん はちみつチキン 小松菜のごまマヨあえ みそ汁	牛乳 とり肉 かまぼこ 豆腐 油揚げ みそ	しょうが 小松菜 キャベツ ねぎ	米 片栗粉 はちみつ ごま マヨネーズ 砂糖	704 37.1 25.7 3.1
15 火	牛乳 ごはん あじフライ ゆかりあえ 豚汁	牛乳 あじ 豚肉 みそ	キャベツ きゅうり 人参 赤じそ 大根 人参 ごぼう ねぎ こんにゃく	米 パン粉 油 里いも	694 30.4 22.1 3.1
16 水	牛乳 りんご入りロールパン ペンのグラタン ブロッコリーのサラダ コーンのスープ	牛乳 脱脂粉乳 ウインナー チーズ 牛乳 まぐろ油漬け	りんご 玉ねぎ しめじ マッシュルーム ブロッコリー 人参 きゅうり 白菜 コーン	小麦粉 植物油脂 砂糖 ペンネマカロニ バター 植物油 生クリーム マヨネーズ	715 24.1 31.6 3.4
17 木	牛乳 焼き豚チャーハン 肉シュウマイ 春雨スープ 野菜ゼリー	牛乳 豚肉 卵 豚肉 とり肉	人参 椎茸 ねぎ 玉ねぎ しょうが チンゲン菜 椎茸 人参 みかん果汁	米 麦 砂糖 植物油 ごま油 パン粉 片栗粉 砂糖 春雨 砂糖	665 27.2 19.2 4.3
18 金	牛乳 ごはん さけの塩こうじ焼き 大根のそぼろ煮 みそ汁	牛乳 さけ とり肉 油揚げ みそ	大根 人参 小松菜 しめじ	米 片栗粉 砂糖	725 40.9 25.9 3.1
21 月	牛乳 ごはん えびいもコロッケ チンゲン菜のおかかあえ みそ汁 いなさヨーグルト	牛乳 とり肉 かつおぶし 豆腐 みそ ヨーグルト	玉ねぎ チンゲン菜 キャベツ きゅうり わかめ	米 えびいも パン粉 植物油 砂糖	704 25.8 21.2 2.6
22 火	牛乳 カレーライス コールスローサラダ	牛乳 牛肉 チーズ 卵(非加熱)	玉ねぎ 人参 にんにく 白菜 きゅうり 人参 コーン	米 麦 じゃがいも 植物油 砂糖 植物油	739 21.7 25.7 2.1
23 水	牛乳 食パン いちごジャム ポテトとベーコンの卵焼き チキンサラダ きのこ水菜のスープ	牛乳 脱脂粉乳 卵 ベーコン チーズ とり肉	いちご果汁 玉ねぎ キャベツ 人参 きゅうり 水菜 しめじ エリンギ にんにく	小麦粉 植物油脂 砂糖 じゃがいも 植物油 バター ごま マヨネーズ 植物油	717 32.4 34.2 3.3

日曜日	料理名	血・肉・骨になる	体の調子を整える	熱や力のもと	エネルギーkcal たんぱく質g 脂質g 塩分g
24 木	牛乳 ごはん さばのしょうがみそ焼き たけのことふきの煮物 すまし汁	牛乳 さば みそ 厚揚げ	 しょうが たけのこと ふき ほうれん草	米 砂糖 砂糖 おふ	701 37.2 26.0 3.0
25 金	牛乳 入学進級祝い献立 さくらごはん とり肉のから揚げ こんぶあえ すまし汁 いちごムース	牛乳 とり肉 ちくわ 乳製品	 にんにく しょうが 小松菜 白菜 塩こんぶ チンゲン菜 人参 えのき いちご レモン果汁	 米 片栗粉 植物油 砂糖 水あめ	762 34.1 27.9 3.1
30 水	牛乳 ハヤシライス 和風サラダ ヨーグルト	牛乳 豚肉 かつおぶし ヨーグルト	玉ねぎ 人参 にんにく キャベツ きゅうり 人参	米 小麦粉 砂糖 バター 植物油 砂糖 植物油 砂糖	732 25.9 20.0 2.7

栄養価は中学部の数値になります。
小学部×0.78 高等部×1.1

マヨネーズは卵不使用のものを使用しています。
(非加熱調理の料理のみ)

☆ふるさと給食

きゅうしょく

ひ

の 日について

本校では毎月、「ふるさと給食の日」として、静岡県や浜松地区の特産物を使ったり、郷土料理を取り入れた給食を実施しています。(今月は、21日(月)に実施します。)

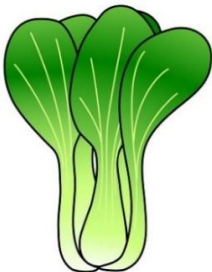
また、地元で無農薬で育てられた食材(有機農産物)を、定期的に使用しています。

今月は磐田市でとれた「えびいも」を使ったコロッケや、浜松産のチンゲン菜と焼津のかつおぶしを使ったあえ物、静岡県産大豆から作られた豆腐の入ったみそ汁、いなさ牛乳から作りたいなさヨーグルトを出す予定です。

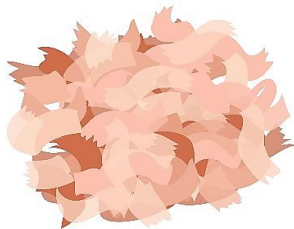
えびいも



チンゲン菜



かつおぶし



本校の学校給食栄養基準量

静岡県では、東京都教育委員会が定めた「東京都立特別支援学校児童生徒の学校給食摂取基準」を基に献立を作成しています。詳細は下表のとおりとなります。ご承知おきください。

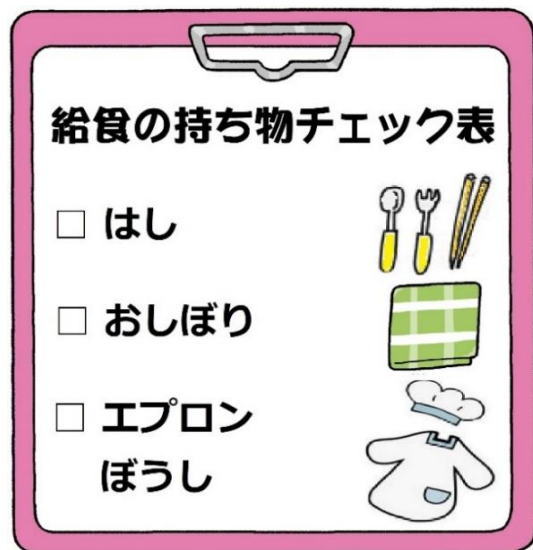
< 本校の栄養基準量 >

	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分	カルシウム	鉄分	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維
高等部	820kcal	28g	25g	3g未満	400mg	4mg	210 μ g	0.5mg	0.6mg	33mg	8.2g
中学部	720kcal	28g	22g	3g未満	400mg	4mg	210 μ g	0.5mg	0.6mg	33mg	7.2g
小学部 5・6年	610kcal	25g	18g	2.5g未満	350mg	3mg	170 μ g	0.5mg	0.5mg	26mg	6.1g
小学部 3・4年	570kcal	23g	17g	2g未満	330mg	3mg	140 μ g	0.4mg	0.5mg	23mg	5.7g
小学部 1・2年	520kcal	21g	15g	2g未満	300mg	2.5mg	130 μ g	0.4mg	0.4mg	20mg	5.2g

◎給食の1食単価…小学部児童 350円 中学部・高等部生徒 370円

給食の準備をしましょう！

給食は10日(木)からスタートします。給食は、「みんなで楽しく食べる」ことを学ぶ場所です。準備はしっかりできていますか？1つつ確認をして、気持ちよく給食初日を迎えてくださいね。



① 給食セットはすべてそろっていますか？

給食は、みんなで食事をする場所です。毎日、きれいな給食セットを持ってきてください。
※献立によって、スプーンやフォークなどを選んでください。

② 手洗いをていねいにしましょう。

手には見えない菌がたくさんついています。給食の前には、いつもよりていねいな手洗いをしましょう。
洗い残しの多い場所を手順に沿って洗ってみてください。

