



給食便り4月号

令和 7 年 4 月

東京都立練馬特別支援学校

校長 西牧 桂

御入学、御進級おめでとうございます。

学校給食は、子供たちの成長、エネルギーや栄養のバランス等を考えて作っています。

旬の食材や地場産物については、近年では気候の変動等の影響で収穫時期のずれが生じているので、八百屋さんを通じて農家さんと可能な範囲で使用できるように確認しています。給食を通じて旬や地場産物の良さを生徒のみなさんに伝えていきたいと思ひます。栄養士、調理員一同、力を合わせて安全安心で美味しい給食を提供していきたいと思ひますので、よろしくお願ひいたします。



練馬特別支援学校の給食について



本校の学校給食指導目標

「食に対する正しい知識と理解を深め、食を重んじ感謝する姿勢を身に付ける。」

年間給食回数 194回

一食単価 480円

委託調理会社 株式会社 東武

生徒一人1回当たりの学校給食摂取基準

(東京都特別支援学校児童生徒等の学校給食摂取基準より)

エネルギー 720kcal
たんぱく質 摂取エネルギーの 25~30%
塩分 3.0g未満

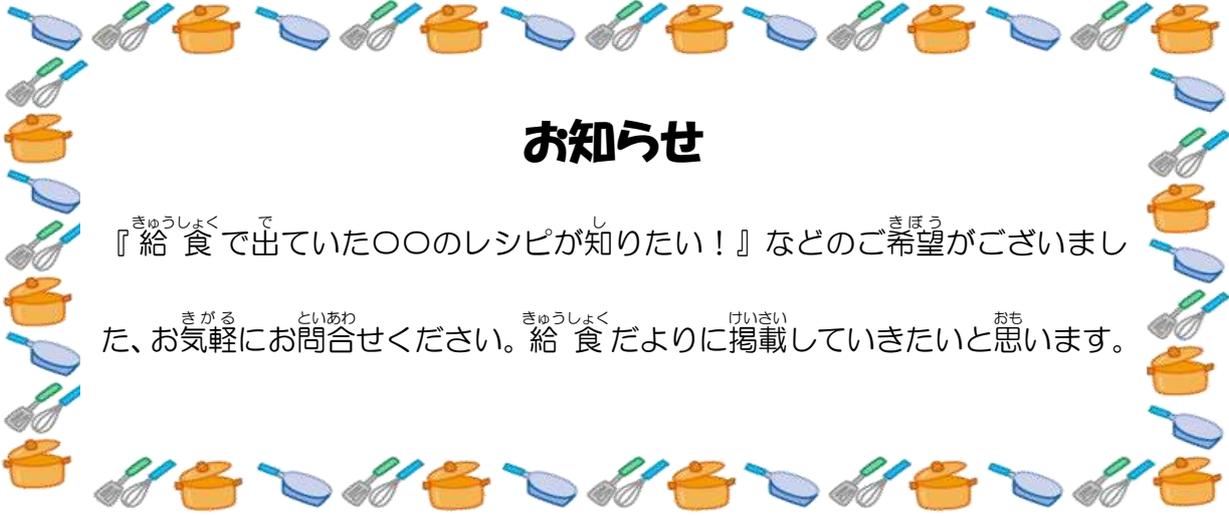
※左記の基準を元に、令和6年度は、エネルギー756kcal、たんぱく質32gを摂取基準として提供しました。本校生徒の健康及び生活活動等の実態等を配慮して実施したものです。

献立内容



- 主食は米飯を中心としています。
10回を1サイクルとして、米飯8回、パンと麺を1回ずつ（2週に各1回）を基本としています。
- 副食は、煮物・揚げ物・焼き物・炒め物・汁物等を組み合わせ、バランスのとれた食事とします。
- 家庭で不足しがちな豆類、海藻類、野菜類を積極的に取り入れています。
- 生徒の嗜好を尊重しながら、郷土料理等も提供し、生徒が様々な食を経験できるよう心がけます。
- 旬の食品や、地場産の食材をできる限り取り入れます。
- 化学調味料は使わず、鰹節、昆布、煮干し、鶏がら、豚骨を使用してダシやスープを作り、素材のうま味を生かして塩分を控えめにします。
- 安全性を第一に、調理済み食品は使わず素材のわかる手作りの調理を行います。

こんげつ もくひょう
今月の目標
 たの きゅうしょく た
・みんなで楽しく給食を食べる

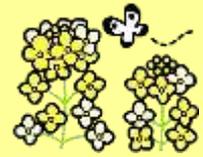


お知らせ

『給食で出ていた〇〇のレシピが知りたい!』などのご希望がございました、お気軽にお問い合わせください。給食だよりに掲載していきたいとおもいます。

がつ こんだて
◎4月の献立から◎

こんげつ きゅうしょくかいすう かい べいはん かい かい めん かい
 今月の給食回数は15回。米飯13回、パン1回、麺1回です。



◇4月11日

てつこつ てつぶん ほうふ しょくざい つか せいちょうき とく
 鉄骨サラダは、鉄分とカルシウムが豊富な食材を使ったサラダです。どちらも成長期に特に
 たいせつ ふそく えいようそ つか た
 大切で、どちらも不足しがちな栄養素です。しっかりよく噛んで食べましょう。

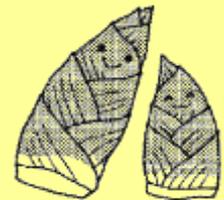
◇4月18日

しんにゆうせいかんげいかい あ きゅうしょく ずし と い いわ こんだて
 新入生歓迎会に合わせ、給食はちらし寿司を取り入れたお祝い献立にしました。

デザートは、いちごジャムを牛乳に混ぜて作ったピンク色と、ジャムを入れずに作った白色の
 しょく たの しろう
 2色のゼリーです。お楽しみに。

◇4月25日

しゆん しんたけのこ つか たけのこ ほん たけのこ せいちょう はや
 旬の新筍をたっぷり使った筍ご飯です。筍は成長が早く、
 たけ たけのこ たの
 すぐに竹になってしまうため、生の筍を楽しむことができるのは、
 がつころ かぎ きかん しゆん おい あじ
 4～5月頃の限られた期間です。旬の美味しさを味わってみましょう。



©少年写真新聞社2022

◇4月25日

ほんこう つか こむぎこ
 本校のカレーライスはガラムマサラやオールスパイスなどを使い、小麦粉とバターでルーを
 てづく とんこつ しょうみやさい じかん ていねい つか こんげつ
 手作りしています。スープは、豚骨と香味野菜で時間をかけて丁寧に作ります。今月
 にんき ていきょう ほか いろいろ
 は人気のポークカレーライスを提供します。その他にもこれから色々なカレーライスを提供し
 ていきます。

※ 今年度、山本栄養士から、北島に引継ぎました。どうぞよろしくお願いたします。特別支援学校は
 4年ぶりの勤務となります。この度、練馬特別支援学校の給食作りに携われることを大変嬉しく思
 います。給食に関する御意見、御感想等ございましたら、各担任等を通じて栄養士まで、よろしくお
 願いたします。
 【栄養士：北島】