

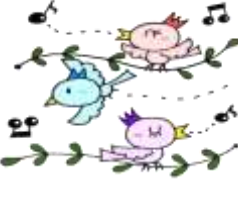


学校給食献立予定表



令和7年5月

東京都立練馬特別支援学校

月	火	水	木 1	金 2
※都合により献立内容を変更させていただきます。 ※表内の数値の、エネルギー/ たんぱく質/脂質/食塩は 日本食品標準成分表2020年版 (8訂)で算出しています。 ※食品名は、おもに使用する 食材です。	今月の平均栄養素量 エネルギー 746kcal たんぱく質 34.3g 脂質 24.5g 食塩 3.1g		そぼろ丼 磯辺和え 抹茶ミルクゼリー 味噌汁 牛乳(180cc ⁺) 768kcal/33.4g/28.0g/3.2g 豚肉、大豆、油揚げ、きざみ、アガー、牛乳、クリーム、牛乳、米、上白糖、米、くず粉、ごま油、玉葱、生薑、クリンベイス、大根、ふなしめじ、キャベツ、人参、小松菜	麦ご飯 麻婆豆腐 モヤシのニンニク和え 中華スープ 牛乳(180cc ⁺) 744kcal/36.3g/27.9g/3.1g 豆腐、豚肉、高野豆腐、牛乳、米、ごま油、三温糖、片栗粉、くず粉、春雨、ふなしめじ、大根、人参、小松菜、生薑、にんにく、玉葱、筍、椎茸、大豆もやし、緑豆もやし、きゅうり、オイスターソース
5	6	7	8	9
【こどもの日】 	【振替休日】 	カレーピラフ じゃが芋のポタージュ イタリアンサラダ 牛乳(180cc ⁺) 748kcal/26.5g/25.1g/3.5g 豚肉、ベーコン、大豆、牛乳、チーズ、クリーム、米、有塩バター、炒め油、米、パン粉、じゃが芋、なたね油、薄力粉、三温糖、にんにく、生薑、玉葱、マッシュルーム、人参、とうもろこし、ピーマン、キャベツ、緑豆もやし、きゅうり、トマト、黄パプリカ	ご飯 ホキの甘酢あんかけ 野菜とわかめのごま醤油和え さつま汁 牛乳(180cc ⁺) 749kcal/32.7g/20.1g/2.9g 鶏肉、ホキ、めかじき、わかめ、牛乳、米、さつまいも、こんにゃく、ごま油、パン粉、片栗粉、上新粉、油、炒め油、三温糖、白ごま、レモン(果汁、生)、にんにく、生薑、玉葱、人参、マッシュルーム、さやいんげん、キャベツ、小松菜、緑豆もやし、とうもろこし	はちみつレモントースト ポークシチュー コーンサラダ(ごまドレッシング) 牛乳(180cc ⁺) 729kcal/31.8g/30.9g/3.8g 牛乳、豚肉、チーズ、食パン、有塩バター、上白糖、はちみつ、炒め油、じゃが芋、三温糖、なたね油、白ごま、練り白ごま、くず粉、レモン(果汁、生)、にんにく、生薑、玉葱、人参、マッシュルーム、さやいんげん、キャベツ、小松菜、緑豆もやし、とうもろこし
12	13	14	15	16
ご飯 豚肉と野菜の卵とじ 野菜の辛子和え 味噌汁 牛乳(180cc ⁺) 744kcal/38.0g/22.7g/2.8g 豚肉、油揚げ、卵、豆腐、牛乳、米、じゃが芋、三温糖、にら、人参、生薑、ごぼう、玉葱、クリンベイス、緑豆もやし、小松菜、切り干し大根	茶飯 鰯の照り焼き 切干し大根の煮物 大豆とじゃこの甘酢和え 豚汁 牛乳(180cc ⁺) 724kcal/39.5g/20.8g/3.1g 豚肉、豆腐、鰯、焼き竹輪、大豆、ちりめんじゃこ、牛乳、米、ごま油、こんにゃく、片栗粉、三温糖、生薑、ごぼう、人参、ねぎ、大根、小松菜、切り干し大根、椎茸、さやいんげん、キャベツ	ご飯 チーズ入りチキンカツ 野菜のゆかり和え キャベツとわかめの生薑醤油和え 味噌汁 牛乳(180cc ⁺) 718kcal/36.1g/20.7g/2.7g 油揚げ、鶏肉、チーズ、わかめ、牛乳、米、薄力粉、パン粉、油、ごま油、三温糖、大根、小松菜、きゅうり、緑豆もやし、キャベツ、ふなしめじ、生薑	ミルクパン チリコンカン フレンチサラダ 黒糖ミルクゼリー 牛乳(180cc ⁺) 739kcal/35.5g/30.4g/3.0g 豚肉、大豆、アガー、牛乳、ミルクパン、なたね油、三温糖、パン粉、黒砂糖、上白糖、にんにく、玉葱、人参、トマト、ピーマン、キャベツ、緑豆もやし、きゅうり、さやいんげん、セロリ	ご飯 鮭のゴマ味噌焼き 茹で野菜 ポテトサラダ 沢煮椀 牛乳(180cc ⁺) 731kcal/35.0g/23.9g/2.6g 豚肉、鮭、牛乳、米、片栗粉、しらたき、上白糖、白ごま、ごま油、くず粉、じゃが芋、ごぼう、人参、筍、ねぎ、キャベツ、緑豆もやし、小松菜、きゅうり、玉葱、とうもろこし
19	20	21	22	23
ご飯 シシャモの磯辺揚げ 炒り豆腐 梅肉和え けんちん汁 牛乳(180cc ⁺) 736kcal/28.5g/22.0g/3.0g 油揚げ、ししゃも、青海苔、豆腐、鶏肉、牛乳、米、里芋、こんにゃく、ごま油、薄力粉、片栗粉、米粉、なたね油、三温糖、普通春雨、大根、人参、ねぎ、ごぼう、椎茸、キャベツ、緑豆もやし、えのき茸、ピーマン、梅干し、しそ葉	スパゲティミートソース 野菜サラダ(レモンドレッシング) じゃが芋とベーコンのスープ 果物(なつみオレンジ) 牛乳(180cc ⁺) 792kcal/37.6g/27.1g/3.3g 豚肉、大豆、高野豆腐、ベーコン、牛乳、スパゲティ、オリーブ油、三温糖、パン粉、じゃが芋、片栗粉、にんにく、玉葱、人参、マッシュルーム、ピーマン、キャベツ、緑豆もやし、きゅうり、黄パプリカ、レモン、なつみオレンジ	ご飯 鶏肉のハーブ炒め ごまチーズポテト 茎わかめのサラダ 味噌汁 牛乳(180cc ⁺) 718kcal/36.1g/22.8g/3.5g 生揚げ、鶏肉、チーズ、くわがめ、無糖練乳、牛乳、米、オリーブ油、パン粉、じゃが芋、白ごま、白菜、小松菜、にんにく、生薑、玉葱、人参、切り干し大根、エリンギ、水菜、赤パプリカ、黄パプリカ	豚肉と野菜の韓国風炒め丼 春雨サラダ わかめスープ 牛乳(180cc ⁺) 745kcal/32.0g/23.2g/3.3g 豚肉、わかめ、牛乳、米、三温糖、ごま油、緑豆春雨、上白糖、白ごま、にんにく、玉葱、大豆もやし、緑豆もやし、人参、ねぎ、ピーマン、青梗菜、きゅうり、きくらげ、生薑	ご飯 ハンバーグ 粉吹き芋 ひじきサラダ 味噌汁 牛乳(180cc ⁺) 726kcal/32.8g/32.4g/3.0g 豚肉、大豆、高野豆腐、豆乳、ひじき、牛乳、米、片栗粉、ごま油、三温糖、白ごま、クリンベイス、にら、生薑、にんにく、きくらげ、キャベツ、人参、筍、椎茸、ねぎ、青梗菜、大根、トマト、切り干し大根
26	27	28	29	30
【振替休業日】 	チキンカレーライス ツナサラダ キャロットゼリー 牛乳(180cc ⁺) 784kcal/28.4g/23.7g/3.1g 鶏肉、チーズ、ツナ、寒天、豚ゼラチン、牛乳、米、有塩バター、なたね油、薄力粉、じゃが芋、上白糖、にんにく、生薑、玉葱、人参、りんご、ブルーベリー、バナナ、さやいんげん、きゅうり、キャベツ、蜜柑ジュース	ご飯 鯖の味噌煮 浅漬け ひじきと青菜のサラダ 根菜ごま汁 牛乳(180cc ⁺) 780kcal/36.4g/29.8g/3.6g 豚肉、油揚げ、鯖、めかじき、刻み昆布、ひじき、ツナ、牛乳、米、じゃが芋、こんにゃく、白ごま、三温糖、片栗粉、ごま油、大根、人参、蓮根、生薑、きゅうり、小松菜、キャベツ、切り干し大根、とうもろこし	ごまじゃこご飯 鶏肉と野菜の煮物 お浸し 味噌汁 牛乳(180cc ⁺) 715kcal/36.2g/20.7g/3.2g ちりめんじゃこ、油揚げ、鶏肉、牛乳、米、ごま油、白ごま、片栗粉、里芋、こんにゃく、三温糖、白菜、ねぎ、生薑、人参、ごぼう、蓮根、ふなしめじ、緑豆もやし、青梗菜	ご飯 厚揚げと豚肉の炒め物 青梗菜の中華和え 中華風コーンスープ 牛乳(180cc ⁺) 771kcal/38.4g/24.1g/3.3g 豆腐、卵、生揚げ、豚肉、米、焼き竹輪、牛乳、米、片栗粉、ごま油、三温糖、白ごま、クリームコーン、にら、生薑、にんにく、きくらげ、キャベツ、人参、筍、椎茸、ねぎ、青梗菜、大根、トマト、切り干し大根



とうきょうとりつねりまとくべつしえんがっこう