



給食便り 4月号

令和 8 年 4 月
東京都立練馬特別支援学校
校長 西牧 桂

ごにゅうがく ごしんきゅう
御入学、御進級おめでとうございます。

はる はなばな さ ほこ なか きぼう み しんねんど はじ せいと みな
春の花々が咲き誇る中、希望に満ちあふれた新年度が始まりました。生徒の皆
さんの学校生活が充実したものとなるよう、毎日の学校給食を通じて微力なが
ら応援していきたいと思ひます。一年間、どうぞよろしくお願ひいたします。



ねりまとくべつしえんがっこう きゅうしょく 練馬特別支援学校の給食について



ほんこう がっこうきゅうしょくしどうもくひょう 本校の学校給食指導目標

しょく たい ただ ちしき りかい ふか しょく おも かんしゃ しせい み つ
「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。」

ねんかんきゅうしょくかいすう
年間給食回数 194回

いっしょくたんか
一食単価 490円

ちょうりぎょうおむじたくしや 調理業務受託者

かぶしきがいしゃ とうぶ とうきょうししや
株式会社 東武 東京支社

せいとひとり かいあ がっこうきゅうしょくせっしゅきじゅん 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%

しよくえん
食塩 3.0g未満

※基準を元にし、本校生徒の健康、生活
活動等の実態を配慮して実施

こんだてないよう 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（東京都）の食材をできる限り活用します。
- 化学調味料は使わず、鰹節、昆布、煮干し、鶏がら、豚骨を使用して出汁やスープをと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調理を行います。

が っ こ う き ゅ う し ゃ く も く ひ ょ う
4月の学校給食目標

た の き ゅ う し ゃ く た
みんなで楽しく給食を食べる

が っ こ ん だ て
◎4月の献立から◎

こ ん げ つ き ゅ う し ゃ く か い す う かい べ い は ん かい かい め ん かい て い き ょ う
今月の給食回数は16回。米飯13回、パン2回、麺1回、提供します。

が っ に ち
◇4月13日

ふ く さ い と う き ょ う と さ ん つ か い こ も く く み あ わ
副菜は、東京都産の「うど」を使った、「うど入り五目きんぴら」を組合せます。うどは
も と も と さ ん さ い い っ し ゅ お も さ ん や と は た け し つ と
もともと山菜の一種で、主に山野で採れるものですが、これを畑（うど室）で採れるよう
にしたのが、「東京うど」です。成長する前の白い茎を食用にしています。

が っ に ち
◇4月15日

み な し ん に ゅ う が く し ん き ゅ う さ け こ も く ず し く み あ わ
皆さんの新入学と進級として、「鮭の五目ちらし寿司」「いちごミルクゼリー」などを組合
せたお祝い献立にします。

が っ か
◇4月20日

ま い つ き に ち し ゃ く い く ひ が っ よ く じ つ か じ し し し ゃ く い く ひ
毎月19日は「食育の日」です。4月は、翌日の20日に実施します。「食育の日」の
こ ん だ て し ゃ し ゃ く ほ ん い ち じ ゅ う さ ん さ い わ し ゃ く く み あ わ じ し し
献立は、主食をご飯とし、「一汁三菜」で和食の組合せを実施しています。

が っ に ち
◇4月28日

し ゅ ん し ん た け の こ つ か は ん て い き ょ う た け の こ せ い ち ょ う は や
今年も、旬の新筍をたっぷり使った「たけのこご飯」を提供します。筍は成長が早
く、すぐに竹になってしまうため、掘ってからすぐに茹でた生の筍を楽しむことができるの
は、4～5月初旬頃の限られた期間です。旬の食材の美味しさを味わってみてください。

と う き ょ う と さ ん し ゃ く ざ い
《東京都産の食材》

こ ま つ な そ う な が と う き ょ う な
小松菜、ほうれん草、かぶ、長ねぎ、東京うど、のらぼう菜 など

じ ば さ ん ぶ つ か つ ょ う ち さ ん ち し ょ う よ し ゅ ん し ゃ く ざ い し ょ う かい ま い に ち た ゃ な ど つ た え
* 地場産物を活用して地産地消の良さ、旬の食材の紹介などを毎日のお便り等でお伝え
しています。東京都産の食材は、収穫等の都合から可能な日に予定します。

こ ん ね ん ど え い ょ う し き た じ ま か と う め い た い せ い
※ 今年度の栄養士は北島と加藤の2名体制となりました。

あ ん し ん あ ん ぜん た の き ゅ う し ゃ く じ か ん す き ゅ う し ゃ く て い き ょ う
安心・安全で楽しい給食時間を過ごせる給食を提供できるよう、

ち か ら あ ね ん か ん ね が
力を合わせます。1年間、どうぞよろしくお願いいたします。

