

# 4月給食献立予定表

今月のめあて「給食のきまりを身に付けよう」



令和6年度  
村上特別支援学校

栄養量は中学部、高等部です。小学部は表示の約80%です。

日	曜	主食	飲物	おかず・デザート	主な材料			栄養量
					あかの食品 おもに血や肉になる	きいろの食品 おもに力や熱のもとになる	みどりの食品 おもに体の調子をとのえる	エネルギーたんぱく質脂質塩分
8	月	ゆかりごはん		さくらのすまし汁 花型ハンバーグ ポテトサラダ お祝いゼリー	牛乳、絹ごし豆腐、かまぼこ、花型豆腐バーグ、ロースハム	米、三温糖、片栗粉、じゃがいも、ノンエッグマヨネーズ	たけのこ水煮、みつば、にんじん、きゅうり、コーン	727 kcal 25.7 g 23.0 g 3.5 g
9	火	カレーライス		「寿」焼印入り卵焼き 海藻サラダ さくらゼリー	牛乳、豚肉、大豆、脱脂粉乳、粉チーズ、厚焼玉子	米、油、じゃがいも、カレールウ、ごま油、白ごま	玉ねぎ、にんじん、りんごピューレ、キャベツ、きゅうり、コーン	789 kcal 27.6 g 23.3 g 2.8 g
10	水	ごはん		ワントンスープ 厚揚げとじゃがいものケチャップがらめ 切り干し大根のサラダ	牛乳、なると、厚揚げ、大豆、ツナ	米、ワントン、片栗粉、じゃがいも、あげ油、三温糖、白すりごま、白ごま、アーモンド、ごま油	にんじん、もやし、めんま、干し椎茸、青ピーマン、切干大根、小松菜	723 kcal 24.1 g 22.3 g 2.4 g
11	木	ごはん		豚汁 鮭のコーンマヨ焼き ごま和え	牛乳、豚肉、木綿豆腐、みそ、鮭	米、じゃがいも、つきごんにやく、ノンエッグマヨネーズ、三温糖、白ごま	にんじん、玉ねぎ、ごぼう、長ねぎ、クリームコーン缶、ほうれん草、もやし	702 kcal 35.0 g 21.9 g 2.1 g
12	金	アップルパン	 ミルメークココア	コンソメスープ 豆乳チキンマカロニグラタン 大根サラダ	牛乳、ベーコン、鶏肉、調製豆乳、チーズ、ツナ	丸パン、じゃがいも、マカロニ、油、米粉、三温糖	アップルチップ、にんじん、玉ねぎ、コーン、だいこん、赤ピーマン、スナッフエンドウ、レモン果汁	740 kcal 27.8 g 26.1 g 3.3 g
15	月	ごはん		麻婆豆腐 焼き餃子 春雨サラダ	牛乳、豚ひき肉、挽き割り大豆、木綿豆腐、みそ、餃子	米、油、三温糖、片栗粉、ごま油、はるさめ、白ごま	にんじん、玉ねぎ、たけのこ水煮、長ねぎ、干し椎茸、にら、キャベツ、ほうれん草	720 kcal 28.1 g 20.1 g 2.3 g
16	火	山菜おこわ		じゃがいものみそ汁 さわらの西京焼き 菜の花和え いちご	牛乳、鶏肉、油揚げ、カットわかめ、みそ、さわら、炒り卵、塩昆布	米、もち米、油、じゃがいも	山菜ミックス、にんじん、干し椎茸、玉ねぎ、菜の花、もやし、いちご	694 kcal 35.7 g 20.2 g 2.5 g
17	水	ごはん 焼きのり		もずくスープ ツナそぼろ ローストポテト	牛乳、もずく、絹ごし豆腐、ツナ、干ひじき、挽き割り大豆	米、油、アーモンドライス、三温糖、皮付きポテト、オリーブ油	えのきたけ、長ねぎ、にんじん、いんげん	739 kcal 24.6 g 26.2 g 1.7 g
18	木	ごはん		けんちん汁 ししゃもの磯辺揚げ ひじきと大豆の炒り煮 清美オレンジ	牛乳、木綿豆腐、ししゃも、青のり、干ひじき、さつま揚げ、大豆	米、ごま油、じゃがいも、つきごんにやく、薄力粉、天ぷら粉、あげ油、油、三温糖	干し椎茸、にんじん、長ねぎ、ごぼう、いんげん、清見オレンジ	694 kcal 29.6 g 19.7 g 2.1 g
19	金	ソフト麺		ビーンズミートソース こんにやくサラダ ヨーグルト	牛乳、豚肉、挽き割り大豆、冷凍わかめ、ヨーグルト	ソフト麺、油、三温糖、白ごま	にんじん、玉ねぎ、エリンギ、トマトピューレ、ダイストマト缶、キャベツ、きゅうり、コーン	720 kcal 29.9 g 17.5 g 1.8 g
22	月	親子丼		麩のみそ汁 のり酢和え 豆乳パンナコッタ	牛乳、鶏肉、卵、木綿豆腐、みそ、ツナ、刻みのり	米、三温糖、板麩	にんじん、玉ねぎ、干し椎茸、たけのこ水煮、小松菜、ほうれん草、キャベツ、もやし	717 kcal 30.0 g 21.7 g 2.9 g
23	火	ごはん		道産子汁 笹かまのマヨネーズ焼き アーモンド和え パナナ	牛乳、豚肉、みそ、かつお節、青のり	米、ごま油、じゃがいも、バター、ノンエッグマヨネーズ、白ごま、アーモンドライス、三温糖	玉ねぎ、にんじん、コーン、長ねぎ、ほうれん草、キャベツ、バナナ	734 kcal 27.2 g 19.8 g 2.2 g
24	水	わかめごはん		かき玉みそ汁 鶏の唐揚げレモンソース 春野菜サラダ	牛乳、卵、みそ、鶏肉、サラダチキン	米、じゃがいも、片栗粉、あげ油、三温糖、油	にんじん、玉ねぎ、えのきたけ、レモン果汁、キャベツ、菜の花、コーン	750 kcal 30.3 g 25.8 g 3.2 g
25	木	ごはん		なめこのみそ汁 さばのカレー焼き 肉じゃが	牛乳、木綿豆腐、みそ、さば、豚肉	米、油、じゃがいも、しらたき、三温糖	なめこ、長ねぎ、玉ねぎ、にんじん、いんげん	743 kcal 35.9 g 23.1 g 2.9 g
26	金	黒糖米粉 コッペパン		白いんげん豆のポターージュ 手作りハンバーグ コールスローサラダ	牛乳、ベーコン、白いんげん豆、白いんげん豆ピューレ、脱脂粉乳、生クリーム、鶏肉、豚肉	黒砂糖、油、じゃがいも、ベジメラルソース、パン粉、三温糖	玉ねぎ、にんじん、エリンギ、キャベツ、きゅうり、コーン	870 kcal 36.6 g 31.8 g 3.5 g
30	火	鶏ごぼう ピラフ		切り干し大根のスープ ごまネーズ和え フルーツジュレ	牛乳、鶏肉、ベーコン、ツナ	米、油、ノンエッグマヨネーズ、白ごま、白すりごま	ごぼう、ミックスベジタブル、切干大根、玉ねぎ、えのきたけ、きくらげ、キャベツ、小松菜、にんじん	674 kcal 21.5 g 20.9 g 2.4 g

※献立、使用食材は変更させていただく場合があります、ご了承をお願いします。

**ご入学、ご進級おめでとございます！ 給食が始まります。**

いよいよ新しい年度がスタートします。充実した学校生活を送るためには、「健康な体」が基本となります。

みなさんが健康に過ごせるよう、厨房職員みんなで力を合わせ、安心・安全でおいしい給食をお届けできるように、頑張ります。今年度もよろしくをお願いします！

【本校のHPをご覧ください】  
準備ができ次第、随時献立や子どもたち、調理の様子を紹介します。



# 4月 寄宿舍食献立予定表

令和6年度  
村上特別支援学校

日・曜	朝食	夕食	おやつ
8 月	 <b>寄宿舍の食事が始まります。よろしくお願ひします。</b>	五目豚丼 ワンタンスープ コーン焼売 盛り合わせサラダ フルーツ杏仁	ピザポテト ぶどうジュース
9 火	ごはん みそ汁 煮込みハンバーグ ごま和え 筑前煮 豆乳ココア	ごはん みそ汁 アジの香味焼き アーモンド和え 大根のそぼろ煮 パナナ	ヨーグルト 芋けんぴ
10 水	ごはん みそ汁 あさりの佃煮 ウィンナーのケチャップ和え ほうれん草のソテー ヨーグルト	ふわふわ卵丼 すまし汁 海藻サラダ 小魚アーモンド	おまんじゅう せんべい
11 木	ごはん ふりかけ みそ汁 五目厚焼き卵 キャベツの昆布漬け 五目炒め ヤクルト	ごはん きのこけんちん汁 鶏の塩唐揚げ カレーもやし 高野豆腐と野菜の煮物 清美オレンジ	ゼリー クッキー
12 金	ごはん みそ汁 納豆 ししゃもの七味焼き 菜の花のおひたし じゃがいものきんぴら	<b>家に帰った時も、食事やおやつに気をつけましょう。</b> 	
15 月	<b>バランスの良い朝食を食べて登校しましょう。</b> 	チキンカレーライス わかめスープ フレンチサラダ フルーツヨーグルト	ポッキー ジョア
16 火	ごはん みそ汁 肉団子 切干大根サラダ メンマの炒め物 野菜ジュース	ごはん みそ汁 ちくわの二色揚げ ブロッコリーサラダ かぼちゃの含め煮 りんご	メロンパン
17 水	山型食パン いちご&マーガリン ミネストローネ ハムエッグ コールスローサラダ	菜めしごはん 白玉汁 カレーと野菜の煮物 シャキシャキサラダ パナナ	コアコア (いちご) スナック
18 木	ごはん みそ汁 さばの塩焼き 茎わかめのきんぴら ほうれん草のチーズ和え	ごはん みそ汁 手作りコロッケ 付け合わせ 大根のかき玉煮 いちご	さけるチーズ チョコパイ
19 金	ごはん みそ汁 キャベツメンチ ポテトサラダ チンゲン菜のソテー	<b>天気いい日は、外で体を動かしましょう!</b> 	
22 月	<b>新学期の疲れが出る頃です。夜は早めに寝ましょう。</b> 	ごはん 豚汁 鮭の塩焼き ごま和え 鶏つくねの煮物 りんご	ロールケーキ
23 火	ごはん のりの佃煮 みそ汁 オムレツ 春キャベツのツナサラダ ひじきの煮物	ハヤシライス キャベツスープ 茎わかめのサラダ フルーツポンチ	おととと ヤクルト
24 水	ごはん みそ汁 ほっけの塩麴焼き のり and え マカロニサラダ ジョア (ストロベリー)	タレカツ丼 みそ汁 切干大根サラダ ベジポテト いちご	しょうゆせんべい ビックサンダー
25 木	ごはん みそ汁 信田煮 五目煮豆 きゅうり漬け 豆乳ココア	ごはん みそ汁 豚肉の野菜巻き マカロニサラダ ほうれん草のソテー 清美オレンジ	フローズンヨーグルト ビスケット
26 金	ごはん ふりかけ みそ汁 野菜コロッケ 切干大根の煮物 おかか和え	<b>連休になります。体調を整えて、元気に過ごしましょう。</b> 	
30 火	 <b>生活習慣のリズムは整いましたか?</b>	ごはん 中華風なめこそスープ 焼き肉 野菜炒め 春雨サラダ いちご	ポテトチップス

※献立、使用食材は変更させていただく場合があります、ご了承をお願いします。

新入舎生を迎え新学期が始まりました。

寄宿舍の食事は、調理員7名が3交代勤務で朝6時過ぎから調理しています。

家庭を離れて生活する子どもたちに、安全で家庭らしい食事を提供できるように

厨房職員全員で協力して努めますので、今年度もよろしくお願ひします。



**入学・進級  
おめでとう!**