



給食献立予定表



令和7年度
村上特別支援学校

今月のめあて「給食のきまりを身に付けよう」

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 エネルギー たんぱく質 脂質 塩分
					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 もとなる	みどりの食品 おもに体の調子を ととのえる	
8	火	ごはん ふりかけ		沢煮椀 花型豆腐バーグ 磯マヨサラダ お祝いクレープ	牛乳、豚肉、豆腐 バーグ、刻みのり、かつお節	米、はるさめ、三温糖、片栗粉、ノンエッグマヨネーズ、いちごクレープ	にんじん、ごぼう、えのきたけ、たけのこ水煮、長ねぎ、ほうれん草、もやし	706 kcal 26.6 g 21.7 g 2.4 g
9	水	カレー ライス		こんにゃくサラダ フルーツヨーグルト	牛乳、豚肉、大豆、脱脂粉乳、ツナ、ヨーグルト	米、油、じゃがいも、カレールウ、サラダこんにゃく、三温糖、白ごま、上白糖	しょうが、にんにく、玉ねぎ、にんじん、りんごピューレ、キャベツ、きゅうり、バナナ、りんご、もも、ラ・フランス、ラズベリー	753 kcal 25.8 g 23.6 g 2.5 g
10	木	ごはん		豚汁 マスのコーンマヨ焼き ごま和え	牛乳、豚肉、木綿豆腐、みそ、ます	米、じゃがいも、つきこんにゃく、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、ほうれん草、もやし	711 kcal 35.6 g 25.4 g 2.4 g
11	金	アップル パン		春キャベツのスープ 豆乳チキンマカロニグラタン シャキシャキサラダ	牛乳、ウィンナー、鶏肉、調製豆乳、チーズ	丸パン、マカロニ、油、米粉、じゃがいも、アーモンド	アップルチップ、春キャベツ、にんじん、かぶ、小松菜、コーン、玉ねぎ、きゅうり	732 kcal 30.3 g 27.1 g 3.1 g
14	月	ごはん		麻婆豆腐 ぎょうざ パンサンスー	牛乳、豚肉、挽き割り大豆、木綿豆腐、みそ、餃子、ロースハム	米、油、三温糖、片栗粉、ごま油、はるさめ、白ごま	にんにく、しょうが、にんじん、玉ねぎ、たけのこ水煮、長ねぎ、干し椎茸、にら、もやし、きゅうり	715 kcal 29.3 g 21.5 g 2.4 g
15	火	わかめ ごはん		かき玉みそ汁 鶏肉のレモンソース ゆかり和え	牛乳、卵、みそ、鶏肉	米、じゃがいも、片栗粉、あげ油、三温糖	にんじん、玉ねぎ、えのきたけ、絹さや、レモン汁、キャベツ、もやし	715 kcal 29.0 g 26.1 g 3.2 g
16	水	ごはん		けんちん汁 さわらの西京焼き ひじきと大豆の炒り煮 いちごゼリー	牛乳、木綿豆腐、さわら、みそ、干ひじき、さつま揚げ、大豆	米、ごま油、じゃがいも、つきこんにゃく、油、三温糖、いちごゼリー	干し椎茸、にんじん、長ねぎ、ごぼう、いんげん	701 kcal 35.6 g 20.1 g 1.9 g
17	木	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 切干大根のサラダ	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、メンマ、干し椎茸、青ピーマン、切干大根、小松菜	717 kcal 24.6 g 24.1 g 2.3 g
18	金	ソフト麺		ビーンズミートソース 海藻サラダ 手作りプリン	牛乳、豚肉、挽き割り大豆、海藻ミックス	ソフト麺、油、三温糖、サラダこんにゃく、ごま油、白ごま、プリンの素	にんにく、しょうが、にんじん、玉ねぎ、エリンギ、トマトピューレ、カットトマト缶、キャベツ、きゅうり、コーン	741 kcal 30.9 g 20.0 g 2.2 g
21	月	ごま焼肉丼		大根のみそ汁 ポテトサラダ 豆乳パンナコッタ	牛乳、豚肉、厚揚げ、みそ、ロースハム	米、油、三温糖、白ごま、じゃがいも、ノンエッグマヨネーズ、豆乳パンナコッタ	玉ねぎ、にんじん、しめじ、いんげん、にんにく、だいこん、えのきたけ、長ねぎ、きゅうり、コーン	765 kcal 30.5 g 27.7 g 2.5 g
22	火	ごはん		道産子汁 ししゃもの磯辺揚げ しょうゆフレンチ 清美オレンジ	牛乳、豚肉、みそ、ししゃも、青のり、ロースハム	米、ごま油、じゃがいも、バター、天ぷら粉、薄力粉、あげ油、油	にんにく、玉ねぎ、にんじん、コーン、ほうれん草、長ねぎ、小松菜、もやし、清見オレンジ	677 kcal 28.9 g 21.9 g 2.2 g
23	水	ちらし寿司		春のっぺ汁 厚焼き卵 のり酢和え	牛乳、干ひじき、油揚げ、竹輪、厚焼き卵、ツナ、刻みのり	米、上白糖、じゃがいも、こんにゃく、片栗粉	干し椎茸、にんじん、れんこん、絹さや、たけのこ水煮、わらび水煮、ほうれん草、キャベツ、もやし	660 kcal 27.5 g 17.5 g 3.3 g
24	木	ごはん		たけのこのみそ汁 ツナそばろ ローストポテト	牛乳、厚揚げ、カットわかめ、みそ、ツナ、干ひじき、挽き割り大豆	米、油、アーモンド、三温糖、皮付きポテト、オリーブ油	たけのこ水煮、にんじん、玉ねぎ、いんげん、にんにく	709 kcal 26.3 g 24.1 g 2.1 g
25	金	米粉コッペパン いちごジャム		白いんげん豆のポタージュ 手作りハンバーグ コールスローサラダ	牛乳、ベーコン、白いんげん豆水煮、脱脂粉乳、生クリーム、鶏肉、豚肉	米粉パン、いちごジャム、油、じゃがいも、ペンサメルソース、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	849 kcal 37.4 g 32.6 g 3.5 g
28	月	山菜 チャーハン		中華風コーンスープ 切干大根のナムル フルーツ杏仁	牛乳、焼豚、豚肉、卵、ロースハム	米、ごま油、片栗粉、三温糖、白ごま、杏仁風、カットゼリー	しょうが、にんじん、長ねぎ、山菜ミックス、玉ねぎ、コーン、ほうれん草、えのきたけ、クリームコーン、切干大根、きゅうり、みかん缶、黄桃缶、バナナ	672 kcal 25.3 g 17.8 g 3.2 g
30	水	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、だいこん、長ねぎ、しょうが、にんにく、玉ねぎ、にんじん、いんげん	702 kcal 36.3 g 23.3 g 2.5 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、ご進級おめでとまでございます！ 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、厨房職員みなんで力を合わせ、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。今年度もよろしく申し上げます！

【本校のHPをご覧ください】
準備ができ次第、随時献立や食育便りを更新していきます。



4月 寄宿舍食献立予定表

令和7年度
村上特別支援学校

日・曜	朝食	夕食	おやつ
8 火	 寄宿舍の食事が始まります。 よろしくお願ひします。	タレカツ丼 みそ汁 切干大根サラダ ベジポテト いちご	クッキー カフェオーレ
9 水	ごはん ふりかけ みそ汁 五目厚焼き卵 即席漬け 五目炒め 野菜ジュース	ごはん みそ汁 さばの香味焼き アーモンド和え 大根のそぼろ煮 バナナ	スナック 野菜ジュース
10 木	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 さつまい 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	チョコ菓子 ヨーグルト
11 金	ごはん 納豆 みそ汁 ししゃもの七味焼き とう菜のおひたし じゃがいものきんぴら	家に帰った時も、食事や おやつに気をつけましょう。 	
14 月	バランスの良い朝食を 食べて登校しましょう。 	菜めしごはん 白玉汁 カレーと野菜の煮物 ポテトサラダ バナナ	せんべい 焼きプリン
15 火	ごはん みそ汁 肉団子 切干大根サラダ メンマの炒め物	ごはん みそ汁 豚肉の野菜巻き マカロニサラダ じゃがいものそぼろ煮 清美オレンジ	チョコ菓子
16 水	山型食パン いちご&マーガリン ミネストローネ オムレツ コールスローサラダ ヨーグルト	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	じゃがりこ ジョア
17 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 みそけんちん汁 手作りコロッケ いんげんのバター炒め 大根のかき玉煮 いちご	型抜きシアチーズ スナック
18 金	ごはん みそ汁 ウィンナーのケチャップあえ ポテトサラダ チンゲン菜のソテー	天気がいい日は、外で体を 動かしましょう! 	
21 月	新学期の疲れが出る頃です。 夜は早めに寝ましょう。 	ごはん キムチ豚汁 ぶりの塩麹焼き ごま和え 鶏つくねの煮物 バナナ	ロールケーキ
22 火	ごはん みそ汁 信田煮 五目煮豆 きゅうり漬け ジョア (プレーン)	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	フローズンヨーグルト ト ビスケット
23 水	ごはん みそ汁 ますの照り焼き アーモンド和え マカロニサラダ	ふわふわ卵丼 すまし汁 海藻サラダ 小魚アーモンド	せんべい ヨーグルト
24 木	ごはん みそ汁 ハムエッグ ツナサラダ ひじきの煮物	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 清美オレンジ	ポテトスナック パンナコッタ
25 金	ごはん ふりかけ みそ汁 コロッケ 切干大根煮 おほか和え	もうすぐ連休です。体調を 整えて、元気に過ごしましょう。 	
28 月	生活習慣のリズムは整い ましたか? 	 29日は 「昭和の日」です。	
30 水	早めに起きて 朝食を食べて登校しましょう。 	五目豚丼 ワンタンスープ コーン焼売 盛り合わせサラダ フルーツジュレ	かりんとう ゼリー

※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!