



給食献立予定表



令和8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	水	わかめごはん		沢煮椀 花型ハンバーグ ポテトサラダ お祝いゼリー	牛乳、豚肉、 花型豆腐バー グ、ロースハム	米、春雨、三温糖、 片栗粉、じゃがいも、 ノンエッグマヨネー ズ、ゼリー	にんじん、ごぼう、 えのきたけ、だけのご水煮、 長ねぎ、きゅうり、コーン	711 kcal 24.7 g 21.7 g 2.9 g
9	木	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 んにやく、三温糖、 白ごま、上白糖	おろししょうが、おろしにんにく、 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、 フルーツミックス、ラズベリー	761 kcal 26.9 g 23.7 g 2.4 g
10	金	アップル コッペパン		春キャベツのスープ 豆乳チキンマカロニグラタン 大根サラダ	牛乳、 ウィンナー、 鶏肉、調製豆乳、 チーズ、ツナ	コッペパン、 マカロニ、油、 米粉、アーモン ド、三温糖	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、だいこん、赤ピーマン、 スナップエンドウ、レモン汁	734 kcal 31.1 g 27.6 g 3.3 g
13	月	ごはん		麻婆豆腐 えび焼売 春雨サラダ	牛乳、豚肉、 挽き割り大豆、 木綿豆腐、味噌、 えび焼売	米、油、三温糖、 片栗粉、ごま油、 春雨、白ごま	おろししょうが、おろしにんにく、 にんじん、玉ねぎ、だけのご 水煮、長ねぎ、干し椎茸、にら、 キャベツ、きゅうり、きくらげ	722 kcal 27.6 g 21.7 g 2.5 g
14	火	ごはん ふりかけ		かき玉みそ汁 鶏肉のレモンソース 春野菜サラダ	牛乳、卵、 味噌、鶏肉、 ツナ	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、絹さや、 レモン汁、春キャベツ、 とう菜、コーン	744 kcal 30.7 g 28.1 g 2.6 g
15	水	ごはん		豚汁 さわらのコーンマヨ焼き ごま和え	牛乳、豚肉、 木綿豆腐、 味噌、さわら	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、クリームコーン缶、 ほうれん草、もやし	713 kcal 35.2 g 26.0 g 2.4 g
16	木	ごはん		野菜スープ 手作りハンバーグ スパゲッティーサラダ	牛乳、 ウィンナー、 鶏肉、豚肉、 ツナ	米、油、パン粉、 三温糖、 サラダスパゲッ ティー	かぶ、にんじん、 玉ねぎ、ほうれん草、 キャベツ、コーン	761 kcal 28.9 g 25.6 g 2.5 g
17	金	ソフト麺		ビーンズミートソース 海藻サラダ りんご蒸しパン	牛乳、豚肉、 挽き割り大豆、 海藻ミックス、 調製豆乳	ソフト麺、油、三温 糖、ごま油、白ごま、 ホットケーキミックス、 上白糖	おろしにんにく、おろししょうが、 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、 りんご缶	788 kcal 31.0 g 19.0 g 2.4 g
20	月	ごはん		もずくのみそ汁 いかの香味焼き 春キャベツと厚揚げのうま煮 いちごゼリー	牛乳、もずく、 味噌、いか、 豚肉、厚揚げ	米、じゃがいも、 車麩、三温糖、 いちごゼリー	にんじん、えのきたけ、 長ねぎ、おろししょうが、 おろしにんにく、 春キャベツ、玉ねぎ	681 kcal 37.8 g 16.4 g 3.5 g
21	火	ごはん		道産子汁 ししゃものごまフライ 切干大根の焼きそば風	牛乳、豚肉、 味噌、ししゃも、 ベーコン、 かつお節、青のり	米、ごま油、 じゃがいも、バター、 薄力粉、パン粉、 黒ごま、あげ油、油	おろしにんにく、玉ねぎ、 にんじん、コーン、ほうれん 草、長ねぎ、切干大根、 青ピーマン、もやし	711 kcal 29.6 g 24.0 g 2.1 g
22	水	ふわふわ 卵丼		じゃがいものみそ汁 磯マヨサラダ 果物（清美オレンジ）	牛乳、鶏肉、 絹ごし豆腐、卵、 カットわかめ、 油揚げ、味噌、 刻みのみり、かつお節	米、油、片栗粉、 ごま油、じゃがい も、ノンエッグマ ヨネーズ	おろししょうが、おろしにんにく、 玉ねぎ、にんじん、干し椎茸、 チンゲン菜、えのきたけ、長ねぎ、 ほうれん草、もやし、清見オレンジ	719 kcal 29.1 g 24.8 g 3.2 g
23	木	ごはん		ワンタンスープ 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、ワンタン、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	720 kcal 24.7 g 24.3 g 2.4 g
24	金	米粉コッペパン いちごジャム		白いんげん豆のポターージュ オムレツのワインソース コールスローサラダ	牛乳、ベーコン、 白いんげん豆、 脱脂粉乳、生ク リーム、オムレツ	米粉コッペパン、 いちごジャム、油、 じゃがいも、ベジャ メルソース、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	790 kcal 32.2 g 28.0 g 3.2 g
27	月	ごはん 焼きのり		だけのごみそ汁 ツナそぼろ ローストポテト	牛乳、のり、厚揚 げ、カットわかめ、 味噌、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	だけのご水煮、 にんじん、玉ねぎ、 いんげん、おろしにんにく	714 kcal 27.2 g 23.9 g 2.1 g
28	火	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、味噌、 さば、豚肉	米、油、 じゃがいも、 しらたき、三温糖	なめこ、にんじん、だいこん、 長ねぎ、おろししょうが、 おろしにんにく、玉ねぎ、 いんげん	714 kcal 37.4 g 23.9 g 2.5 g
30	木	山菜 チャーハン		中華風コーンスープ もやしのナムル 白玉フルーツポンチ	牛乳、 ウィンナー、 ベーコン、卵	米、ごま油、片栗粉、 油、三温糖、白ごま、 白玉だんご、カットゼ リー、グラニュー糖	おろししょうが、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、クリームコーン缶、 もやし、小松菜、おろしにんにく、 みかん缶、バナナ、レモン汁	715 kcal 21.7 g 23.4 g 3.2 g

※献立、使用食材は変更させていただく場合があります。ご了承ください。

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。今年度もよろしくお願いいたします！

【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8年度
村上特別支援学校

日・曜	朝食	夕食
8 水	 寄宿舍の食事が始まります。 よろしくお願いします。	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
9 木	ごはん みそ汁 煮込みハンバーグ ごま和え 筑前煮 ジョア (ストロベリー)	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 果物 (いちご)
10 金	ごはん 納豆 みそ汁 ししゃもの七味焼き 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付けましょう。 
13 月	バランスの良い朝食を 食べて登校しましょう。 	オムライス コンソメスープ 焼きチーズハンバーグ 野菜サラダ
14 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 白玉汁 カレーと野菜の煮物 ポテトサラダ バナナ
15 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	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
16 木	ごはん みそ汁 さばの塩焼き アーモンド和え マカロニサラダ	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 果物 (清美オレンジ)
17 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	天気の良い日は、外で体を 動かしましょう! 
20 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 みそ汁 豚肉の野菜巻き マカロニサラダ じゃがいものそばろ煮 果物 (清美オレンジ)
21 火	ごはん みそ汁 信田煮 五目煮豆 きゅうり漬け 野菜ジュース	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
22 水	ごはん みそ汁 あじの照り焼き なめたけ和え 茎わかめのきんぴら	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 果物 (いちご)
23 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 さばの香味焼き アーモンド和え 大根のそばろ煮 バナナ
24 金	ごはん ふりかけ みそ汁 コロッケ 切干大根煮 おかか和え	もうすぐ連休です。体調を 整えて、元気に過ごしましょう。 
27 月	 生活習慣のリズムは整いましたか?	タレカツ丼 みそ汁 切干大根サラダ ベジポテト 果物 (いちご)
28 火	ごはん ふりかけ みそ汁 五目厚焼き卵 即席漬け 五目炒め ヤクルト	 29日は 「昭和の日」です。
30 木	早めに起きて 朝食を食べて登校しましょう。 	ごはん キムチ豚汁 赤魚の西京焼き ごま和え 鶏つくねの煮物 果物 (清美オレンジ)

※献立、使用食材は変更させていただく場合があります。ご了承ください。

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、厨房職員全員で協力し、安全で家庭らしい食事を提供できるように、努めますので、今年度もよろしくお願いします。



**入学・進級
おめでとう!**