

令和8年度 4月 献立予定表

<今月の献立のねらい>
マナーを守って給食の準備をしよう

熊本県立黒石原支援学校・菊池支援学校

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	1杯分 たんぱく質 脂質 食塩相当量
9月	ビーフカレー		ぎゅうにく, だいず, チーズ, こんぶ	こめ, ビタミンキョウカマイ, じゃがいも, あぶら, こむぎこ, さとう, はちみつ	たまねぎ, にんじん, にんにく, しょうが, トマト, パナナ, りんご	656 kcal
	春キャベツのサラダ			さとう, オリーブゆ	キャベツ, にんじん, だいこん, とうもろこし	22.7 g
						2.4 g
10月	さんさいおこわ			こめ, もちごめ, ごまあぶら, あぶらあげ, あぶら, さとう	わらび, えのき, たけのこ, にんじん, きくらげ	645 kcal
	いろどりつみれ汁		たら, かつおぶし, こんぶ	かたくりこ	えのきたけ, こまつな, だいこん, にんじん, かぼちゃ, ほうれんそう	23.7 g
	キャベツのメンチカツ		とりにく, ぶたにく	あぶら, さとう, パンこ	たまねぎ, にんじん, えだまめ, とうもろこし, キャベツ, しょうが	23.7 g
13月	ごはん			こめ, ビタミンキョウカマイ		663 kcal
	とり肉じゃが		とりにく, あつあげ	じゃがいも, あぶら, さとう, ごまあぶら	しらたき, にんじん, たまねぎ, いんげん, しいたけ, にんにく, しょうが	22.6 g
	フルーツヨーグルト		ヨーグルト	さとう	デコボン, りんご, もも	22.1 g
14月	麦ごはん			こめ, むぎ, ビタミンキョウカマイ		646 kcal
	たまごとはるさめのスープ		たまご	はるさめ, かたくりこ, ごまあぶら	にんじん, ほうれんそう, たまねぎ	25.5 g
	てりやききのこのハンバーグ		ぶたにく, とりにく	さとう, かたくりこ	えのきたけ, ぶなしめじ, にんじん, たまねぎ	21.4 g
	こまつなのおかか和え		かつおぶし	さとう	こまつな, キャベツ, にんじん	1.5 g
15月	ミルクパン			ミルクパン		662 kcal
	スパゲティナポリタン		ウィンナー, チーズ	スパゲッティ, オリーブゆ, さとう, コーンスターチ	にんにく, たまねぎ, にんじん, ピーマン, マッシュルーム, トマト	27.1 g
	ブロッコリーサラダ		ツナ	さとう, オリーブゆ	ブロッコリー, カリフラワー, にんじん, とうもろこし	20.5 g
16月	ごはん			こめ, ビタミンキョウカマイ		685 kcal
	カレーマポー豆腐		とうふ, ぶたにく, ぎゅうにく, だいず	さとう, ごまあぶら, あぶら, かたくりこ	しょうが, にんにく, たまねぎ, にんじん, たけのこ, ねぎ	29.1 g
	ちゅうか風サラダ		たら, ほき	さとう, ごまあぶら, すりごま, てんぷん	もやし, きゅうり, にんじん	29.5 g
<p style="text-align: center;">ふるさとくまさんデー @ 天草地域 郷土料理の「押し包丁」を作り、特産のタコを使った和え物の予定です。</p>						
17月	ごはん			こめ, ビタミンキョウカマイ		677 kcal
	おしぼうちょう		いりこ	こむぎこ, あぶらあげ	だいこん, にんじん, ごぼう, しいたけ, ねぎ	37.6 g
	手作りぎょロッケ		さかなすりみ, チーズ, ひじき, えだまめ	ながいも, やまといも, かたくりこ, ごまあぶら, パンこ, あぶら	にんじん, たまねぎ, とうもろこし, しょうが	18.5 g
	きゅうりとたこのすの物		わかめ, たこ	すりごま, さとう	きゅうり	2.0 g
<p style="text-align: center;">入学・進級お祝いメニュー</p>						
20月	さけわかめごはん		さけ, わかめ	こめ, ビタミンキョウカマイ, いりごま		673 kcal
	わかたけ汁		わかめ, かつおぶし, こんぶ		たけのこ, えのきたけ, だいこん, にんじん, ねぎ	26.7 g
	チキンカツ		とりにく	あぶら, パンこ, こむぎこ		22.1 g
	かつのりサラダ		かつおぶし, のり	さとう, ごまあぶら	キャベツ, きゅうり, にんじん	2.0 g
	おいわいクレープ					
21月	麦ごはん			こめ, むぎ, ビタミンキョウカマイ		623 kcal
	肉だんごスープ		とりにく	はるさめ, ごまあぶら, パンこ, さとう, てんぷん	にんじん, キャベツ, たまねぎ, しょうが	24.8 g
	いわしおおか煮		いわし, かつおぶし	てんぷん		18.6 g
	ごまドレサラダ		とりささみ	ごま, さとう	きゅうり, キャベツ, にんじん	2 g
22月	食パン&クリーム			食パン		687 kcal
	ビーフシチュー		ぎゅうにく, チーズ	あぶら, じゃがいも, パター, こむぎこ, さとう	にんじん, たまねぎ, ぶなしめじ, にんにく, セロリ, トマト	26.9 g
	ハムサラダ		ハム	あぶら	こまつな, キャベツ, にんじん	32.8 g
23月	ごはん			こめ, ビタミンキョウカマイ		643 kcal
	すきやき風たまごとし		ぶたにく, やきどうふ, たまご	さとう, あぶら	はくさい, いらたき, たまねぎ, にんじん, えのきたけ, ねぎ	25.2 g
	なんかんあげの和え物			なんかんあげ, さとう, すりごま, ごまあぶら	キャベツ, にんじん, もやし	20.5 g
24月	ごはん			こめ, ビタミンキョウカマイ		658 kcal
	だご汁		とりにく, みそ, いりこ	こむぎこ, コーンスターチ, じゃがいも, あぶら, なんかんあげ	だいこん, はくさい, ねぎ, しょうが	29.9 g
	さばのしおやき		さば			22.3 g
27月	ごはん			こめ, ビタミンキョウカマイ		648 kcal
	ピリからとん汁		ぶたにく, とうふ, みそ, いりこ	あぶら	しょうが, だいこん, にんじん, こんにゃく, ねぎ, はくさい, とうがらし, にんにく	24.6 g
	肉づめいなり		とりにく, ぶたにく, きよにく	あぶらあげ, ラード, てんぷん	たまねぎ, にんじん	21.7 g
28月	えだまめサラダ		えだまめ, ハム	あぶら	にんじん, キャベツ	2.3 g
	麦ごはん&しそこんぶ		こんぶ, かんてん	こめ, むぎ, ビタミンキョウカマイ, さとう,	しそ	639 kcal
	なの花入りちくぜん煮		とりにく	ごまあぶら, さとう	だいこん, にんじん, れんこん, こんにゃく, ごぼう, しいたけ, 和種なばな	22.8 g
30月	チーズサラダ		チーズ, かつおぶし	さとう, あぶら	キャベツ, きゅうり, にんじん, たまねぎ, 赤パプリカ	16.8 g
	ごはん			こめ, ビタミンキョウカマイ		666 kcal
	にゅうめん		いりこ	そうめん	にんじん, たまねぎ, だいこん, こまつな, ねぎ	28.9 g
とりのからあげ	とりにく	かたくりこ, こむぎこ, あぶら	にんにく, しょうが	26.5 g		
かいそうとツナのサラダ	わかめ, こんぶ, ぶのり, とさかのり, まふのり, ツナ	すりごま, さとう, ごまあぶら	にんじん, キャベツ	2.2 g		

4月 こんだてイラスト

<今月の献立のねらい>
マナーを守って給食の準備をしよう



月	火	水	木	金
<h2>食物アレルギーについて</h2>				
<p>★食物アレルギーとは 食物アレルギーとは、アレルギーを引き起こす物質となる食物が体内に入ることによって起こります。本来、栄養となるはずの食物が、異物と見なされて、アレルギー症状（じんましん、口の中のかゆみ、のどの違和感、おう吐、腹痛、下痢など）が起こる現象のことです。</p> <p>★食物アレルギー対応について 栄養教諭は黒石原支援学校及び菊池支援学校の2校分の献立作成及び給食管理を行っています。また、外部委託調理方式となり、黒石原支援学校と菊池支援学校の敷地内に調理場はありません。児童生徒の実態に応じて、食物アレルギー対応と二次調理食の対応をしています。食物アレルギーは文部科学省発出の「学校給食における食物アレルギー対応指針」に基づいた対応をしています。対応品目は、飲用牛乳、卵、軟体類（イカ・タコ）です。また、給食でそば、甲殻類（エビ・カビ）、木の実類、種実類（ごまを除く）の提供はありません。安全安心な給食の実施のため、食物アレルギーに関しては保護者、主治医、調理委託先と協議の上、対応を行っています。御理解・御協力よろしくお願いいたします。</p>				
<p>毎月19日は「ふるさとくまさんデー」</p> <p>★そのねらいは？ 学校給食に熊本県内の食材を活用することで、熊本の自然や食文化、産業などに関心や理解を深めることによって、自分の育った地域や郷土を愛する心を育てることを目的としています。</p> <p>★いつやるの？ 毎月19日の「食育の日」にあわせて「ふるさとくま（熊）さん（産）デー」を実施しています。休みの日に重なる場合はその前後にします。</p>			<p>9 菊池支援のみ</p> <p>春キャベツのサラダ ピーフカレー</p>	<p>10 両校スタート</p> <p>キャベツのメンチカツ さんさいおこわ いろどりつみれ汁</p>
<p>13</p> <p>フルーツヨーグルト ごはん とり肉じゃが</p>	<p>14</p> <p>てりやきこのハンバーグ ごまつなのおかか和え 麦ごはん たまごとはるさめのスープ</p>	<p>15</p> <p>ブロッコリーサラダ ミルクパン スパゲティナポリタン</p>	<p>16</p> <p>ちゅうか風サラダ ごはん カレーマーボー豆腐</p>	<p>17 ふるさとくまさんデー</p> <p>手作りぎょロック きゅうりとたこのすの物 ごはん おしぼうちょう</p>
<p>20 入学・進級お祝いメニュー</p> <p>チキンカツ かつのりサラダ おいわいクレープ さけわかめごはん わかたけ汁</p>	<p>21</p> <p>いわしのおかか煮 ごまドレサラダ 麦ごはん 肉だんごスープ</p>	<p>22</p> <p>ハムサラダ 食パン&クリーム ビーフシチュー</p>	<p>23</p> <p>なんかんあげの和え物 ごはん すきやき風たまごどじ</p>	<p>24</p> <p>さばのおやき たくあん和え ごはん だご汁</p>
<p>27</p> <p>にくづめいなり えだまめサラダ ごはん ピリからとん汁</p>	<p>28</p> <p>チーズサラダ 麦ごはん&しそこんぶ なのはな入りちくぜん煮</p>	<p>29</p> <p>昭和の日 </p>	<p>30</p> <p>とり肉のからあげ(小1、その他2個) かいそうとツナのサラダ ごはん にゅうめん</p>	

※献立は変更になる場合があります。

※汁気のないおかず同士はいっしょに盛り付ける場合があります。