

給食こんだてひょう



令和7年(2025年)

松橋支援学校

日	曜	しゅよく	牛乳	おかず	あか	きいろ	みどり	ひとくちメモ	えいよう
					血や肉や骨になる	熱やちからになる	体の調子をととのえる		
9	水	入学式 カレーライス	牛乳	チンゲンサイのスープ フルーツジュレ和え	牛乳 スキムミルク 豚肉 スキムミルク だし (かつお節・昆布)	米 ジャがいも オリーブ油 ルウ	玉ねぎ にんじん しょうが にんにく トマト たけのこ 椎茸 チンゲンサイ パイン 黄桃 みかん	今日から新しい学年での給食がスタートです。給食をしっかり食べて、元気な体を作りましょう。	655 18.5
10	木	食パン	牛乳	マーシャルビーンス コンソメスープ チリコンカン ブロッコリーソテー	牛乳 大豆 牛肉 ベーコン	パン 砂糖 バター	しめじ にんじん だいこん 玉ねぎ パセリ トマト ブロッコリー コーン	チリコンカンはアメリカの家庭料理で、豆をたっぷり使う料理です。給食では食べやすい大豆を使います。	638 28.2
11	金	わかめごはん	牛乳	魚そうめん汁 肉じゃが 大根の酢の物	牛乳 わかめ 魚そうめん 牛肉 だし (かつお節・昆布)	米 麦 砂糖 じゃがいも 油 しらたき	椎茸 にんじん こまつな 玉ねぎ 枝豆 だいこん きゅうり	魚そうめんとは、魚のすりみ作られた麺です。魚のだしも出て、スープがよりおいしくなります。	576 21.8
14	月	麦ごはん	牛乳	春雨スープ 豚肉と厚揚げのみそ炒め ナムル	牛乳 ベーコン 豚肉 厚揚げ みそ	米 麦 春雨 でんぶん ごま ごま油	にんじん 玉ねぎ しいたけ ねぎ たけのこ ビーマン しょうが もやし きゅうり	春雨はでんぶんでできています。今日は「緑豆」で作られた春雨です。	655 23.5
15	火	麦ごはん	牛乳	けんちん汁 赤魚の煮つけ そくせき和え	牛乳 あげ 豆腐 赤魚 昆布 だし (かつお節・昆布)	米 麦 さといも こんにゃく 砂糖	だいこん しいたけ ごぼう ねぎ キャベツ	「厚揚げ」とは厚めに切った豆腐に重しをかけて水を切り、高温の油で揚げたものです。	511 26.1
16	水	麦ごはん	牛乳	かきたま汁 新じゃがのうま煮 じゃこ和え	牛乳 鶏肉 しらす 豆腐 卵 天ぷら だし (かつお節・昆布)	米 麦 でんぶん じゃがいも 油 ごま こんにゃく 砂糖	えのき にんじん ねぎ たまねぎ たけのこ えだまめ しいたけ キャベツ きゅうり	春になると「新〇〇」という野菜が多く出回ります。旬の野菜は栄養たっぷりです。	564 25.1
17	木	ミルクパン	牛乳	コンソメスープ スパゲッティミートソース コールスロー	牛乳 豚肉 牛肉 チーズ	パン マカロニ オリーブ油 砂糖 マヨネーズ	玉ねぎ にんじん パセリ キャベツ にんにく トマト きゅうり コーン	給食のパンは、100%国産の小麦を使っています。国産の美味しいパンです。	666 26.9
18	金	さくらごはん	牛乳	すまし汁 鶏の照り焼き もやしのごま酢和え	牛乳 鮭 かまぼこ 鶏肉 だし (かつお節・昆布)	米 ごま 砂糖	枝豆 えのき にんじん 玉ねぎ ねぎ しょうが キャベツ もやし	本校のすまし汁は「かつお節・昆布」でだしをとっています。2種類のだしを使うことでうまみがアップします。	548 28.4
21	月	麦ごはん	牛乳	豆腐のみそ汁 親子煮 卵の花炒り	牛乳 豆腐 あげ みそ 卵 鶏肉 おから かまぼこ だし (かつお節・昆布)	米 麦 砂糖 油 じゃがいも	ねぎ にんじん たまねぎ キャベツ しいたけ	卵の花は「おから」のことで、豆腐を作る際に、豆乳を絞った残りのことです。	609 26.3
22	火	麦ごはん	牛乳	わかめスープ マーボー豆腐 もやしの中華和え	牛乳 豆腐 わかめ 豚肉 みそ だし (かつお節・昆布)	米 麦 油 砂糖 でんぶん ごま ごま油	椎茸 チンゲンサイ ねぎ しょうが にんにく にんじん もやし ほうれん草	マーボー豆腐には豆腐をたくさん使います。豆腐にはたんぱく質はたくさん含まれ、からだを作る働きがあります。	606 29.2
23	水	麦ごはん	牛乳	ふわふわスープ 煮込みハンバーグ きのこソテー	牛乳 ベーコン 卵 チーズ 豚肉 鶏肉	米 麦 パン粉 砂糖 油 バター	にんじん 玉ねぎ しいたけ しめじ エリンギ チンゲンサイ	ふわふわスープを作るポイントは、溶き卵の中に、パン粉と粉チーズを入れることです。	651 26.2
24	木	セルフコロッケ バーガー	牛乳	コロッケ・ポイルキャベツ 一食ソース 白菜のクリームスープ	牛乳 ベーコン 白いんげん豆 牛肉	パン 油 じゃがいも ルウ 米粉 パン粉 砂糖	キャベツ 白菜 にんじん しめじ 玉ねぎ パセリ	パンにコロッケとキャベツをはさんで食べてください。クリームソースは、米粉でとろみをつけています。	658 22.9
25	金	ゆかりごはん	牛乳	いちよう葉汁 いわしの生姜煮 ひじきサラダ	牛乳 鶏肉 大豆 いわし ひじき だし (かつお節・昆布)	米 さといも こんにゃく 砂糖 ごま マヨネーズ	枝豆 ごぼう にんじん だいこん ねぎ きゅうり キャベツ レモン果汁	今日はいわしのおかか煮です。いわしにはDHAやEPAという、体に良い脂が含まれ、血液をサラサラにする働きがあります。	574 24.0
28	月	ハヤシライス	牛乳	野菜スープ れんこんツナサラダ	牛乳 豚肉 スキムミルク ツナ	米 オリーブ油 砂糖 マヨネーズ ルウ	玉ねぎ マッシュルーム キャベツ にんにく トマト ビーマン 人参 椎茸 セロリ コーン れんこん	ハヤシライスはトマトをたっぷり使いました。トマトは「ビタミンC」や「リコピン」という栄養がたくさん含まれています。	649 20.7
30	水	麦ごはん	牛乳	豚汁 太刀魚のピリ辛ソース 大豆の磯煮	牛乳 豚肉 みそ 太刀魚 大豆 ひじき あげ 豆腐 だし (いりこ)	米 麦 でんぶん じゃがいも 砂糖 こんにゃく 油	ごぼう ねぎ だいこん にんじん えのき しょうが にんにく いんげん	もうすぐゴールデンウィークです。「早ね・早起き・朝ごはん」を心がけ、生活のリズムが乱れないように気を付けましょう。	601 24.3

★今月の給食回数は15回です。(小学部新1年生は12回)

※都合により献立を変更することもあります。ご了承ください。

親入学

入学・進級
おめでとうございます。
4月9日から給食が始まります。今年度も、たくさん食べて、たのしい給食時間にしましょう。

☆4月の給食目標・・・たのしく食事をしよう

たのしい給食時間にするためにも、
「いただきます」「ごちそうさまでした」と感謝の気持ちをもちながら食べることができるといいですね。



安全でおいしい給食を、
子どもたちに喜んでもらえるよう
頑張って作っていききたいと思います。
よろしくお願いします。

厨房より

