

4月よていこんだてひょう

今月の目標
手を洗って楽しく食事をしよう

令和8年度 東京都立清瀬特別支援学校長 稗田 知子

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
始業式 	入学式 にゅうがくしき 	8 ごはん 麻婆豆腐 春雨のあえもの 大根とわかめのスープ 牛乳	9 ごはん 鯖の塩焼き おろしあえ みそ汁（豆腐・油揚げ） 牛乳	10 親子丼 おひたし みそ汁（じゃが芋・玉ねぎ） 清見オレンジ 牛乳
		657kcal 30.3g	618kcal 30.5g	676kcal 32.7g
13【小1給食開始】 カレーライス コーンコルスロー フルーツヨーグルト 牛乳	14 ごはん 鮭の塩焼き 磯和え みそ汁（大根・油揚） りんごゼリー 牛乳	15 ごはん ハンバーグ マッシュポテト おひたし みそ汁（豆腐・わかめ） 牛乳	16 開校記念日 	17【大分県の郷土料理】 ごはん とり天（大分） 大根とじゃこのサラダ だご汁（大分） 牛乳
752kcal 26.2g	623kcal 27.4g	659kcal 35.4g		714kcal 35.3g
20 ごはん 肉じゃが おひたし みそ汁（豆腐・なめこ） 牛乳	21 ミルクパン クリームシチュー キャベツサラダ カラマンダリン 牛乳	22 ごはん カレイの煮つけ ごまみそマヨあえ 豚汁 牛乳	23 ピースそばろご飯 五目卵焼き じゃがいもの和風和え 若竹汁 牛乳	24 ごはん 鶏のから揚げ フライドポテト おひたし みそ汁（キャベツ・油揚） 牛乳
688kcal 28.4g	632kcal 29.9g	603kcal 31.8g	627kcal 27.3g	741kcal 29.0g
27 ごはん 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ みそ汁（小松菜・えのき） 牛乳	28 たけのご飯 さわらのみそマヨネーズ焼き 山吹和え 沢煮椀 牛乳	29 昭和の日 	30 スパゲティミートソース キャベツとツナのサラダ 麦入り野菜スープ ぶどうゼリー 牛乳	○本校の基準○ エネルギー たんぱく質 720kcal 28.0g ○今月の平均○ エネルギー たんぱく質 662kcal 29.9g ※栄養価は中学部の値です。 小低は0.7倍・ 小高は0.8倍です。
729kcal 32.4g	618kcal 31.5g		675kcal 29.0g	
<p>【御入学、御進級おめでとうございます。】 給食室一同、安全でおいしく、楽しみにしてもらえる給食を目指してまいりますので、 御理解と御協力をお願いいたします。給食調理は、ボンフード株式会社の調理員が担当します。</p> <p>【大分県の郷土料理】 「とり天」…鶏肉を多く食べることで知られる大分県です。から揚げが有名ですが、とり天も広く親しまれています。 「だご汁」…小麦粉を水で練って、手で伸ばしてちぎった団子を入れた汁です。季節の野菜を入れ、味噌や醤油仕立てて食べます。「だご」は熊本弁で「だんご」のことです。</p>				



※材料等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

