

## 令和7年度

## 4月分 学校給食予定献立表



神奈川県立高津支援学校

日	曜	主食	牛乳	おかず等	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	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	メモ
10	木	チキンカレーライス	牛乳	もやしのサラダ	鶏もも肉、牛乳。	米、じゃがいも、油、三温糖、ごま油、	玉ねぎ、にんじん、おろししょうが、もやし、きゅうり	730 kcal 25.5 g 24.5 g 2.5 g	ご入学・進級おめでとうございます。今日から給食が始まります。しっかり食べましょう。
11	金	中華丼	牛乳	わかめスープ はちみつレモンゼリー	豚もも肉、うずらの卵、なると、絹ごし豆腐、カットわかめ、牛乳。	米、麦、油、三温糖、ごま油、片栗粉、かき油、	白菜、にんじん、玉ねぎ、にら、たけのこ、しいたけ、ほうれん草、長ねぎ	763 kcal 27.6 g 20.6 g 2.3 g	学校給食では毎日飲み物として牛乳がつきます。牛乳はカルシウムが多く飲むと骨が丈夫になります。
14	月	たまご鶏そぼろ丼	牛乳	五目味噌汁	鶏ひき肉、たまご、絹ごし豆腐、油揚げ、牛乳	米、麦、油、三温糖、ごま油、片栗粉、かき油、	にんじん、いんげん、おろししょうが、大根、ごぼう、長ねぎ	765 kcal 32.3 g 27.4 g 2.9 g	五目味噌汁の「五目」とは5種類以上の具たくさんという意味があります。
15	火	中華風混ぜご飯	牛乳	鶏肉の中華スープ 杏仁豆腐	たまご、なると、焼き豚、鶏ささみ、絹ごし豆腐、牛乳	米、油、ごま油	玉ねぎ、ピーマン、長ねぎ、にんじん、おろししょうが、セロリー、キャベツ	716 kcal 31.4 g 19.3 g 3 g	混ぜご飯は4つの大きなご飯釜で炊いた白ご飯に味付けした手作りの具材を均等に混ぜ込んであります。
16	水	ぶどうパン	牛乳	鶏肉のトマトスープ パブリカラダ	鶏もも肉、牛乳	パン ジャがいも、三温糖、油、マヨネーズ	玉ねぎ、にんじん、白菜、赤パプリカ、黄パプリカ、いんげん	723 kcal 18.2 g 22.7 g 2.5 g	本校のパンは学校では焼かず、パン屋さんに頼み、焼成と包装されたものが届けられます。
17	木	ご飯	牛乳	麻婆豆腐 鶏白湯スープ	豚もも肉、絹ごし豆腐、油揚げ、牛乳	米、麦、三温糖、じゃがいも、しらたき、片栗粉	白菜、にんじん、長ねぎ、ぶなしめじ、ほうれん草、小松菜、	716 kcal 37.9 g 19.4 g 2.6 g	本校の給食は調理員さん達が回転釜という大きな釜を使って炒めたり、茹でたり、煮たりして作ります。
18	金	食パン (湘南ゴールドジャム)	牛乳	ポトフ 彩りサラダ	豚もも肉、ウインナー、牛乳、ヨーグルト	パン、じゃがいも、油、三温糖、マヨネーズ	玉ねぎ、にんじん、キャベツ、セロリー、白菜、赤パプリカ、黄パプリカ、いんげん	748 kcal 29.2 g 31.3 g 2.8 g	本校のパンは学年により3つサイズがあります。小1～4は8枚切り1枚、小5、6は6枚切り1枚、中一部以上は8枚切り2枚となっています。
21	月	チキンピラフ	牛乳	鶏ささみと白菜のスープ	鶏ひき肉、鶏ささみ、絹ごし豆腐、牛乳	米、大豆油、ごま油	にんじん、玉ねぎ、ホールコーン、マッシュルーム、長ねぎ、白菜	681 kcal 35.9 g 20.3 g 2.3 g	今日のピラフは炒めて味付けした具を炒き上げた白ご飯に混ぜ込んでつくります。
22	火	ハヤシライス	牛乳	グリーンサラダ	豚もも肉、牛乳	米、麦、ごま油、三温糖	にんじん、玉ねぎ、マッシュルーム、ぶなしめじ、おろししょうが、おろしにんにく、白菜、きゅうり、いんげん、アスパラガス	680 kcal 24.2 g 21.2 g 2.4 g	ハヤシライスは「早仕合」さんという料理人が海外の友人をもてなすために考案した日本料理です。
23	水	チーズパン	牛乳	クリームシチュー チンゲン菜とビーフのサラダ	鶏もも肉、脱脂粉乳、ひじき、ツナ、牛乳	パン、じゃがいも、バター、薄力粉、三温糖、マヨネーズ	にんじん、玉ねぎ、プロッコリー、キャベツ、ほうれん草、枝豆	774 kcal 23.9 g 29.4 g 2.5 g	クリームシチューは市販のシチュールゥを使用せず薄力粉とバターと脱脂粉乳と牛乳で作ります。
24	木	ご飯	牛乳	ブルコギ チンゲン菜とビーフのサラダ	豚もも肉、牛乳	米、麦、三温糖、ごま油、片栗粉、いりごま、ビーフ	おろしにんにく、チンゲン菜、玉ねぎ、にんじん、もやし、しいたけ、にら、長ねぎ、きゅうり、白菜	780 kcal 29.3 g 25.1 g 2.5 g	今日は豚肉で作るブルコギです。韓国料理であるブルコギのブルは火、コギは肉を意味する焼肉料理です。
25	金	ご飯	牛乳	生揚げのそぼろ煮 すまし汁	生揚げ、豚もも肉、絹ごし豆腐、牛乳	米、麦、三温糖、油	玉ねぎ、にんじん、キャベツ、ピーマン、ぶなしめじ、ほうれん草、長ねぎ	704 kcal 30.7 g 23.1 g 2 g	大豆は油揚げ、納豆、しょうゆ、みそなどいろいろと変身します。そして今日の生揚げや絹ごし豆腐も大豆から作られます。
28	月	ロールパン	牛乳	ハンガリアンシチュー コーンサラダ オレンジゼリー	豚もも肉、大豆、粉チーズ	パン、三温糖、油、オリーブ油、薄力粉	エリンギ、玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、グリンピース、ホールトマト、キャベツ、きゅうり、ホールコーン	702 kcal 22.3 g 27.9 g 2.3 g	今日は明後日の高津支援学校開校記念日にちなんだお祝い献立です。これからも皆さんでよい学校を目指していましょう。

\* 原材料の都合や本校の開校状況により、献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。

\* 配慮食では食形態に合わせ、使用食材を一部変更することがあります。

\* 給食費は各学期ごとに口座引き落としでの徴収になります。

\* ご入学・進級おめでとうございます。給食を通して様々な食材に慣れ親しんでいきましょう。