



令和8年4月献立表

東京都立調布特別支援学校

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献立 - たんぱく質g 脂質g	メモ	
9 木	キーマカレーライス ポテトサラダ いちご	○	牛乳、豚肉、鶏肉、チーズ、ハム	ごはん、米粒麦、サラダ油、バター、米粉、砂糖、じゃがいも、卵不使用マヨネーズ	にんにく、生姜、玉葱、セロリ、人参、りんご、トマト、グリーンピース、とうもろこし、きゅうり、いちご	506 20.5 16.8	*小学部1年生の給食は、13日(月)から始まります。  15日 グリーンサラダ 旬のアスパラガスを使っています。 	
10 金	ごはん 鮭の利休焼き 青大豆サラダ けんちん汁	○	牛乳、鮭、青大豆、豆腐	ごはん、砂糖、ごま、サラダ油、ごま油、里芋	キャベツ、きゅうり、人参、とうもろこし、玉葱、大根、ごぼう、長葱	456 22.0 16.6		
13 月	ごはん 鶏肉の生姜焼き 磯香和え 沢煮椀 りんごゼリー	○	牛乳、鶏肉、海苔、油揚げ、寒天、豚肉	ごはん、砂糖	生姜、ほうれん草、もやし、人参、ごぼう、大根、しめじ、長葱、小松菜、りんごジュース	417 21.5 11.6		
14 火	ごはん 生揚げのそぼろあんかけ わかめとじゃこのサラダ みそ汁	○	牛乳、生揚げ、鶏肉、みそ、わかめ、ちりめんじゃこ	ごはん、砂糖、でん粉、ごま、サラダ油	生姜、青梗菜、大根、人参、きゅうり、南瓜、しめじ	522 24.4 21.7		
15 水	ミックスピラフ グリーンサラダ 白いんげん豆のスープ デコボン	○	牛乳、鶏肉、いか、白いんげん豆、生クリーム	ごはん、サラダ油、バター	にんにく、玉葱、マッシュルーム、赤ピーマン、グリーンピース、きゅうり、アスパラガス、人参、とうもろこし、デコボン	470 22.4 13.6		22日 郷土料理の日 月に1回日本各地の郷土料理・食材を紹介します。4月は東京都です。詳しくは給食だよりを御覧ください。
16 木	のっぺいうどん 昆布和え キャラメルポテト	○	牛乳、豚肉、生揚げ、塩昆布	うどん、里芋、こんにゃく、でん粉、ごま、さつまいも、サラダ油、砂糖、バター	大根、人参、ごぼう、椎茸、長葱、キャベツ、きゅうり	481 17.6 14.2		
17 金	ごはん 魚のねぎみそ焼き ウド入り五目金平 すまし汁 清見オレンジ	○	牛乳、さば、みそ、かまぼこ、豆腐	ごはん、ごま、砂糖、ごま油、こんにゃく	生姜、長葱、うど、れんこん、人参、さやいんげん、小松菜、清見オレンジ	472 22.0 19.0		
20 月	にらたまチャーハン せん切りサラダ 中華スープ	○	牛乳、鶏肉、卵、ハム	ごはん、米粒麦、ごま油、サラダ油、緑豆春雨、砂糖	にんにく、にら、長葱、人参、きゅうり、黄ピーマン、大根、しめじ、白菜、生姜	417 16.4 13.9		23日 ピースご飯 生のグリーンピースを使いました。この時期だけの味です。 
21 火	ごはん イカのねぎだれかけ おかか浸し なめこ汁 清見オレンジ	○	牛乳、いか、おかか、豆腐、みそ	ごはん、米粉、でん粉、サラダ油、ごま、砂糖	にんにく、生姜、長葱、玉葱、水菜、もやし、人参、なめこ、清見オレンジ	471 21.5 16.9		
22 水	ごはん ごぼうの柳川 小松菜サラダ ちゃんこ汁	○	牛乳、鶏肉、卵、ツナ、豚肉、油揚げ、たら	ごはん、サラダ油、砂糖、こんにゃく、ごま油	ごぼう、玉葱、長葱、ごねぎ、小松菜、もやし、人参、椎茸、大根、しめじ、白菜	462 24.4 17.0		28日 たけのこパーク 春が旬のたけのこをハンバーグに混ぜました。たれには、さやいんげんと人参を混ぜて、春らしい彩りにしました。 
23 木	ピースご飯 鮭の香味焼き 白菜と油揚げのごま酢和え 野菜汁 キャロットゼリー	○	牛乳、鮭、油揚げ、みそ、寒天	ごはん、もち米、米粒麦、砂糖、ごま	グリーンピース、にんにく、生姜、長葱、白菜、小松菜、人参、ごぼう、みかんジュース	463 21.8 16.1		
24 金	ピザトースト パンプキンサラダ カレーポトフ	○	牛乳、ハム、チーズ、ツナ、ベーコン、鶏肉	食パン、オリーブ油、砂糖、卵不使用マヨネーズ、サラダ油、じゃがいも	トマト、玉葱、マッシュルーム、ピーマン、南瓜、きゅうり、ブロッコリー、生姜、にんにく、人参、キャベツ	470 24.4 21.1		
27 月	あんかけ焼きそば きゅうりのピリ辛漬け サイダーポンチ	○	牛乳、豚肉、なると、ほたて	蒸し中華麺、ごま油、サラダ油、でん粉、砂糖	生姜、玉葱、人参、たけのこ、白菜、ピーマン、椎茸、木耳、グリーンピース、きゅうり、かぶ、りんご、もも、パイナップル	456 18.5 13.1	♡旬の食材♡ アスパラガス、たけのこ、グリーンピース、清見オレンジ、デコボン、キャベツ、玉葱、じゃがいも	
28 火	ごはん たけのこパーク 肉じゃが みそ汁	○	牛乳、豚肉、豆腐、みそ、わかめ	ごはん、サラダ油、でん粉、砂糖、じゃがいも、こんにゃく	生姜、玉葱、たけのこ、さやいんげん、人参、キャベツ	477 25.9 13.5		
29 水	昭和の日							
30 木	ごはん ししゃもの磯部揚げ ごま和え 塩豚汁 美生柑	○	牛乳、ししゃも、卵、のり、豚肉、豆腐	ごはん、米粉、サラダ油、ごま、砂糖、こんにゃく、里芋	小松菜、もやし、人参、生姜、ごぼう、大根、長葱、美生柑	476 20.5 18.3	食材は缶詰を含め、国産のものを使用しています。	

※食材入荷等の都合により、献立・材料を変更する場合があります。御了承ください。
 ※栄養価は小学部低学年の数値です。小学部高学年は1.3倍、中学部は1.5倍が目安となっています。

※献立表のイラストは、月刊「学校給食」（全国学校給食協会）、いらすとやのサイトから引用しています。



《給食費について》
 令和8年度も、都立学校給食費負担軽減事業により、都立学校の保護者等が負担する学校給食費を都が全額負担することから、保護者等からの給食費の徴収は行いません。