

令和8年 5月予定献立表

都立水元特別支援学校

月		火		水		木		金	
								1	522 kcal
4・5月 きゅうしょくもくひょう 「いただきます」「ごちそうさま」を いおう 								ぎゅうにゅう ぎゅうどん やさいとこんぶのあえもの わかたけじる おきなわパインヨーグルト 	
4		5		6		7	502 kcal	8	471 kcal
みどりのひ		こどものひ		ふりかえ きゅうじつ		ぎゅうにゅう ごはん とりにくのよしのやき だいこんのごまずあえ こうやどうふとこまつなのいりに きのこじる 		ぎゅうにゅう こめこのセルフクリームパン (ミルクパン、てづくりカスタードクリーム) ポトフ だいたサラダ 	
11	544 kcal	12	519 kcal	13	508 kcal	14	520 kcal	15	535 kcal
ぎゅうにゅう ごはん ひれかつ ゆかりあえ すきこぶのもの かぶのみそしる 		ぎゅうにゅう クリームスパゲティ コールスローサラダ くだもの(きよみオレンジ) 		ぎゅうにゅう ごはん かつおのごまがらめ こまつなともやしのおかかあえ やさいとわかめのすのもの ぐだくさんみそしる 		ぎゅうにゅう てづくりチャーシューのチャーハン やさいのちゅうかあえ だいたのつぶつぶスープ ブルーベリーヨーグルト 		ぎゅうにゅう ごはん とうふハンバーグ キャベツのいそあえ きりぼしだいこんのもの しんたまねぎのみそしる 	
18	525 kcal	19	496 kcal	20	541 kcal	21	505 kcal	22	509 kcal
ぎゅうにゅう ごはん ししゃものあまからあげ やさいのごまずあえ しんじゃがいものそぼろに ごもくみそしる 		【とうきょうとの こんだて】 ぎゅうにゅう ふかがわめし とりにくのみそづけやき こまつなごまあえ ごもくきんぴら キャベツのみそしる 		ぎゅうにゅう むぎごはん すぶた ちゅうかスープ くだもの(おきなわパイナップル) 		ぎゅうにゅう こくさんこむぎこのまるパン しろみざかなフライ マセドアンサラダ たっぷりやさいのスープ ぶどうゼリー 		ぎゅうにゅう ごはん ごもくたまごやき だいこんおろし ちぐさあえ しんじゃがいものみそしる 	
25	540 kcal	26	580 kcal	27	535 kcal	28	494 kcal	29	582 kcal
ぎゅうにゅう むぎごはん ぶたにくとあつあげのみそいため はるさめサラダ にとたまごのスープ 		ぎゅうにゅう ごはん さけのムニエルきのこソース フライドポテト ごぼうサラダ クラムチャウダー 		【いわてけんの こんだて】 ぎゅうにゅう もりおかじゃやめん トマトサラダ チータンタン 		ぎゅうにゅう ごはん あじのなんばんづけ こまつなのしらすあえ とんじる 		ぎゅうにゅう ポークカレーライス かいそうサラダ くだもの(メロン) 	

※都合により献立が変更になる場合があります。裏面に使用食材を記入しています。栄養価は小学部低学年の数値です。小学部高学年は、1.2倍、中学部は、1.4倍になります。