

# 令和8年度5月 学校給食予定献立表

東京都立町田の丘学園校長  
原島 広樹

\*牛乳は1日以外、毎日つきます。

曜日	献立名	I栄養 - (kcal)		主な材料名		
		普通	中・初期	かや熱のもとになる	からだをつくる	体の調子を整える
1 金	乳酸菌飲料 たけのこご飯 さばの薬味焼き のりあえ けんちん汁	659	742	米・三温糖・ごま油・菜種油 板こんにゃく・じゃがいも	乳酸菌飲料(マスカット)・鶏肉 まさば・刻みのり・押し豆腐	たけのこ・にんじん・枝豆 にんにく・生姜・長ねぎ えのきたけ・小松菜 キャベツ・ごぼう・大根
7 木	ハヤシライス わかめとコーンのサラダ 果物(清見オレンジ)	650	624	米・菜種油 三温糖・薄力粉	飲用牛乳・豚肉 生クリーム・わかめ	にんにく・玉ねぎ・にんじん マッシュルーム・ホールコーン きゅうり・大根・きよみ
8 金	ご飯 大根と豚肉のべっこう煮 三色野菜のごま和え	609	497	米・菜種油・板こんにゃく じゃがいも・三温糖 片栗粉・白すりごま	飲用牛乳・豚肉	にんじん・大根・たけのこ 干し椎茸・グリーンピース ほうれん草・緑豆もやし
11 月	ご飯 肉じゃが旨煮 しらす入り和風サラダ 果物(メロン)	690	583	米・じゃがいも・菜種油 三温糖・ごま油	飲用牛乳・豚肉 凍り豆腐・しらす干し	にんじん・玉ねぎ・さやいんげん キャベツ・緑豆もやし 生姜・メロン
12 火	ココアパン ボークビーンズ アスパラサラダ	643	607	ココアパン・菜種油 じゃがいも・三温糖・はちみつ	飲用牛乳・大豆 豚肉・無添加ベーコン	玉ねぎ・にんじん ホールトマト・グリーンピース キャベツ・アスパラガス
13 水	ご飯 さわらのピリ辛焼き しめじ和え 味噌汁	662	535	米・三温糖 ごま油・じゃがいも	飲用牛乳・さわら・わかめ 押し豆腐・油揚げ 白みそ・赤みそ	にんにく・生姜・にんじん ぶなしめじ・キャベツ 小松菜・玉ねぎ
14 木	たんめん みそポテト 果物(清見オレンジ)	609	582	蒸し中華めん・ごま油 菜種油・じゃがいも・薄力粉 片栗粉・大豆白絞油・上白糖	飲用牛乳・豚肉・赤みそ	にんにく・生姜・にんじん 白菜・緑豆もやし・長ねぎ きよみ
15 金	チキンライス ひじきのごまサラダ コーンスープ	679	679	米・オリーブ油・三温糖 白すりごま・菜種油 じゃがいも・薄力粉	飲用牛乳・鶏肉・長ひじき 調理用牛乳・生クリーム	にんにく・にんじん・玉ねぎ マッシュルーム・グリーンピース 大根・赤ピーマン・キャベツ きゅうり・ホールコーン クリームコーン・パセリ
18 月	ご飯 鶏の米粉唐揚げ 五目豆 あおさの味噌汁	685	612	米・片栗粉・大豆白絞油 菜種油・板こんにゃく・三温糖	飲用牛乳・鶏肉 豚肉・大豆・あおさ 白みそ・赤みそ	にんにく・生姜・ごぼう にんじん・えのきたけ 玉ねぎ・白菜
19 火	ご飯 さばの味噌煮 きんぴら もずくと大根の生姜汁	719	541	米・三温糖・菜種油 つきこんにゃく	飲用牛乳・まさば 白みそ・赤みそ・豚肉・もずく	生姜・にんじん・ごぼう たけのこ・大根 えのきたけ・小松菜
20 水	ご飯 豚肉と生揚げの味噌炒め わかめスープ 果物(デコボン)	721	547	米・菜種油・三温糖 片栗粉・ごま油	飲用牛乳・豚肉・生揚げ 赤みそ・わかめ	生姜・にんにく・キャベツ にんじん・たけのこ・青梗菜 エリンギ・玉ねぎ・大根 えのきたけ・デコボン
21 木	あしたばパン 鶏肉の香味ソース焼き ツナサラダ ジュリエヌスープ	599	630	あしたばパン・三温糖 菜種油・はちみつ	飲用牛乳・鶏肉 ツナ缶・無添加ベーコン	長ねぎ・セロリ・にんにく 生姜・きゅうり・ほうれん草 キャベツ・にんじん・玉ねぎ えのきたけ・大根
22 金	中華丼 わかめと豆腐のスープ 大豆とじゃがいもの甘辛揚げ	684	547	米・菜種油・片栗粉 ごま油・じゃがいも 大豆白絞油・三温糖	飲用牛乳・豚肉・かまぼこ わかめ・押し豆腐・大豆	生姜・にんにく・にんじん 白菜・たけのこ・きくらげ 玉ねぎ・小松菜・えのきたけ 長ねぎ・大根
25 月	ご飯 ぶりの照り焼き おかか和え じゃがいもの味噌汁	704	591	米・じゃがいも	飲用牛乳・ぶり・鰹糸削 白みそ・赤みそ	生姜・キャベツ・にんじん ほうれん草・えのきたけ 長ねぎ・ごぼう・白菜
26 火	サフランライス チキンクリームソース コーンサラダ ベーコンと野菜のスープ	682	604	米・菜種油・薄力粉・三温糖	飲用牛乳・鶏肉・調理用牛乳 脱脂粉乳・無添加ベーコン	にんじん・玉ねぎ マッシュルーム缶・グリーンピース ホールコーン・きゅうり キャベツ・赤ピーマン セロリ・えのきたけ
27 水	ご飯 えびと豆腐のチリソース 春雨中華サラダ 果物(メロン)	669	545	米・菜種油・三温糖 片栗粉・ごま油・日本春雨	飲用牛乳・豚肉・えび・押し豆腐	にんにく・生姜・長ねぎ 干し椎茸・にんじん・玉ねぎ キャベツ・きゅうり・メロン
28 木	和風きのこスパゲティ こぎつねサラダ カレー粉ふきいも	592	448	スパゲティ・菜種油・片栗粉 三温糖・じゃがいも	飲用牛乳・鶏肉・刻みのり 油揚げ・長ひじき	玉ねぎ・にんじん・ぶなしめじ エリンギ・えのきたけ ほうれん草・小松菜・キャベツ
29 金	豆腐とひき肉のあんかけ丼 卵入り中華風コーンスープ フルーツボンチ	752	585	米・ごま油・三温糖・片栗粉	飲用牛乳・豚二度挽肉 押し豆腐・鶏もも肉小間・鶏卵	生姜・にんにく・にんじん 干し椎茸・玉ねぎ・赤ピーマン ぶなしめじ・クリームコーン 青梗菜・白桃缶 りんご缶・西洋なし缶

\*献立は材料等の都合により変更することがあります。

\*エネルギーは知的障害の中・高等部の摂取量です。

(知的障害: 小学部(低) 0.6・小学部(高) 0.8) (肢体不自由: 小学部(低) 0.5・小学部(高) 0.6・中高等部 0.8)

\*牛乳一本分のエネルギー量 138Kcalを引き、それぞれの係数を掛けると摂取量の目安になります。

\*主食について…普通食が御飯の場合: 後期食→軟飯、初期・中期食→お粥

普通食がパンの場合: 後期食→蒸しパン、初期・中期食→パン粥

普通食が麺(スパゲティ・中華麺)の場合: 後期食→軟らかスパゲティ・軟らか中華麺、初期・中期食→軟らか冷麦