

令和7年3月 (2025年3月) 献立表 (特別支援学校) 給食回数 11回 ☆お知らせ☆ 給食開始日・終了日・休止日が学校ごとに異なりますのでご注意ください。ぜひ、学校からの配布物等でご確認されるようお願いいたします。 各ご家庭でも活用できるよう、献立ごとに食材や調味料をすべて分量(g(グラム))とともに記入しました(表中の分量は中・高校生1人分のもです)。それぞれの学年に応じて分量を調整しています。 【給食目標】 健康的な食生活について考えよう 【今月のねらい◎】 1年間の給食の実践を生かし、バランスのよい食事の大切さを理解し、健康な体づくりのためにいろいろなものを組み合わせて食べることができる ※献立名の下には献立のねらいを記載しています。◎印の献立は今月のねらいに即した献立です。		学校給食費の口座振替日(納期限) ・第9期 令和7年2月28日(金) (2・3月分) *前日までに、登録口座残高の確認、入金をしていただきますようお願いいたします。 学校給食レシピと レシピ動画を公開中! *がついた料理は レシピを紹介しています。 		加工食品に含まれるアレルギーの原因物質について <table><tr><th rowspan="2">献立名</th><th rowspan="2">加工食品名</th><th colspan="3">アレルギーの原因物質</th></tr><tr><th>卵</th><th>乳</th><th>小麦</th></tr><tr><td>ハヤシライス</td><td>デミグラスソース</td><td></td><td></td><td>○</td></tr><tr><td rowspan="2">マカロニグラタン</td><td>マカロニ</td><td></td><td></td><td>○</td></tr><tr><td>パン粉</td><td></td><td></td><td>○</td></tr><tr><td>はっこう乳</td><td>はっこう乳</td><td></td><td>○</td><td></td></tr><tr><td colspan="2">各種パン</td><td></td><td></td><td>○</td></tr></table> ※上記のアレルギー原因物質以外に給食で使う食品の中で、とり肉・豚肉・大豆・さば・さけ・いか・りんご・もも・ごまもアレルギーの原因となることがあります。 ※調味料(しょうゆ、酢、みそ)に含まれるアレルギー物質は、除去の対象とはしません。 ※えび、かに、落花生、そば、くるみは使用しません。 ※給食の食材の産地については、(公財)川崎市学校給食会ウェブサイト (http://www.kyuusyokukai.ecnet.jp/)に掲載しています。また、放射能検査結果については、教育委員会事務局健康給食推進室ウェブサイトに掲載しています。(川崎市公式ウェブサイトのトップページ→画面上部の検索ボックスに「学校給食献立」と入力し、検索→「川崎市の学校給食(市立小学校・中学校・特別支援学校の献立表・給食の食材の産地・放射能検査結果)」 なお、(公財)川崎市学校給食会ウェブサイトは、教育委員会事務局健康給食推進室ウェブサイトにもリンクを掲載しております。 			献立名	加工食品名	アレルギーの原因物質			卵	乳	小麦	ハヤシライス	デミグラスソース			○	マカロニグラタン	マカロニ			○	パン粉			○	はっこう乳	はっこう乳		○		各種パン				○	3月は、以下の食材について県内産のものを学校給食に取り入れます。 ○米(他県産とのブレンドになります) ○牛乳  ○キャベツ  ○大根 3月は、以下の食材について市内産のものを学校給食に取り入れます。 ○のらぼう菜(10日)  ※天候の影響により、県内産・市内産の食材が納入できない場合もあります。
献立名	加工食品名	アレルギーの原因物質																																					
		卵	乳	小麦																																			
ハヤシライス	デミグラスソース			○																																			
マカロニグラタン	マカロニ			○																																			
	パン粉			○																																			
はっこう乳	はっこう乳		○																																				
各種パン				○																																			
3 (月)	ちらしごはん(ごはん) きざみのり ちくわのいそべあげ やよいじる ひなあられ きゅうにゅう	4 (火)	ごはん とうふハンバーグおろしソース じゃがいものわふうあえ みそしる きゅうにゅう	5 (水)	きなこパン(はいがコッペパン)* カレーシチュー ポイルやさい フレンチドレッシング きゅうにゅう	6 (木)	ごはん ぶたにくのあまずい だいこんとわかめとはるさめのマヨボンあえ ほうれんそうとミックスベジタブルのたまごスープ きゅうにゅう	7 (金)	ハヤシライス(むぎごはん) キャベツのスープに* きゅうにゅう																														
【献立のねらい】 ひな祭りの行事食について知る		大根おろしについて知る		酢の種類について知る		マヨネーズについて知る		こしょうについて知る																															
●ごはん 精白米 80 焼きちくわ(減塩) 50 小麦粉 3.3 小麥粉 3.6 水 0.3 水 0.3		●ごはん 精白米 90 (にんじん 8 ゆで塩 6 (むきえだ豆(冷) 6 ゆで塩 6 けずり節(かつお) 0.8		●きな粉パン 揚げ油 適量 (ほうれん草 10 ゆで塩 6 胚芽コッペパン 30 きな粉 6 砂糖 5 塩 0.03		●ごはん 精白米 90 わかめ(冷) 6 大根 35 春雨 6		●麦ごはん 精白米 85 砂糖 0.1 米粒麦 10 (油 5.6 小麦粉 5.6 生クリーム 3.6																															
●ちらしごはん 油 0.6 とり肉(皮なし) 11 しょうゆ 150 水 5.5 塩 0.5 酒 2.2 塩 0.5 砂糖 3.3 塩 0.5 塩 0.33 しょうゆ 2.4 しょうゆ 5.5 ちらしかまぼこ(梅形) 12 かんぴょう 3.5 (片栗粉 1.2 油揚げ 7.7 水 25 にんじん 13 卵 12 れんこん(水煮) 5.5 (ほうれん草 25 酢 3.3 ゆで塩 15 (さやいんげん(冷) 5.5 長ねぎ 15		●豆腐ハンバーグおろしソース 豆腐ハンバーグ 80 水 2.3 砂糖 2.1 しょうゆ 4.1 みりん 2.1 大根 12 大根 12 (片栗粉 0.34 水 0.34		●カレーシチュー 油 0.6 とり肉(皮つき) 28 たまねぎ 35 にんじん 36 塩 0.9 塩 65 じゃが芋 20 水 48 しょうゆ 2 チーズ 6 砂糖 0.2 カレー粉 0.5 塩 0.04 (小麦粉 2.4 小麥粉 2.4 牛乳 5.5 脱脂粉乳 5		●豚肉の甘酢炒め 油 0.6 豚肉(もも) 38 豚肉(肩) 38 たまねぎ 10 酒 1 しょうゆ 4.5 酢 3 みりん 1 砂糖 1.5 片栗粉 1		●ほうれん草とミックスベジタブルの卵スープ 油 0.6 ベーコン 2.4 たまねぎ 15 しょうゆ 15 にんじん 15 水 150 塩 0.7 こしょう 0.03 中華スープの素 1.8 ホールコーン(冷) 15 片栗粉 1 水 25 卵 10		●ハヤシライス 油 0.6 にんにく 0.6 豚肉(もも) 30 豚肉(肩) 30 塩 0.1 しょうゆ 0.01 こしょう 3.6 赤ワイン 72 たまねぎ 24 しょうゆ 0.01																													
●きざみのり(袋) 1		●じゃが芋の和風あえ ごま油 0.4 ひじき 0.4 しょうゆ 2.8 酒 2.1 卵 2.1 みりん 56 ゆで塩 56		●フレンチドレッシング 油 0.6 とり肉(皮つき) 28 たまねぎ 35 にんじん 36 塩 0.9 塩 65 じゃが芋 20 水 48 しょうゆ 2 チーズ 6 砂糖 0.2 カレー粉 0.5 塩 0.04 (小麦粉 2.4 小麥粉 2.4 牛乳 5.5 脱脂粉乳 5		●大根とわかめと春雨のマヨボンあえ ごま油 0.5 しょうゆ 4 レモン果汁(冷) 2 ドレッシング(マヨネーズ 2 タイプ卵不使用) 8 けずり節(かつお) 0.16		特別支援学校 献立コンクール 最優秀賞受賞献立																															
●ちくわの磯辺揚げ 揚げ油 適量		●ひなあられ(袋) 5		行事食 「ひなまつり」		中等部エネルギー737 kcal 中等部たんぱく質 28.9 g 小学部エネルギー590 kcal 小学部たんぱく質 23.2 g		中等部エネルギー817 kcal 中等部たんぱく質 29.4 g 小学部エネルギー654 kcal 小学部たんぱく質 23.5 g																															
10 (月)	ごはん まぐろとだいずのみそがらめ* もやしいため すいもの きゅうにゅう	11 (火)	しろパン いちごジャム マカロニグラタン* ジュリエンスープ きゅうにゅう	12 (水)	ホイコーローどん(むぎごはん)* ちゅうかスープ フルーツポンチ きゅうにゅう	13 (木)	おやこどん(むぎごはん) さわにわん きゅうにゅう	14 (金)	むぎごはん ボークカレー キャベツとじゃこのいために はっこうにゅう																														
季節の食品ののらぼう菜について知る		季節の食品のパセリについて知る		春キャベツについて知る		親子丼について知る		食べ物のはたらきについて知る																															
●ごはん 精白米 90 もやし 50 塩 0.2 しょうゆ 0.01 しょうゆ 0.6		●白パン 50		●ジュリエンスープ 油 0.5 ベーコン 5 セロリ 3 にんじん 15 たまねぎ 40 水 150 キャベツ 45 塩 0.8 こしょう 0.04 スープの素 1.2 パセリ 0.3		●麦ごはん 精白米 85 (ピーマン 12 米粒麦 10 ゆで塩 6		●キャベツとじゃこの炒め煮(じゃこ) ごま油 0.36 しらす干し(ちりめん) 4																															
●まぐろと大豆のみそがらめ 揚げ油 適量 (ゆで大豆 36 片栗粉 5.4 揚げ油 適量 (まぐろ(角) 36 しょうが 0.5 しょうゆ 1.6 片栗粉 6.5 水 6 赤みそ(減塩) 3.2 砂糖 2.2 塩 1.1		●マカロニグラタン 油 0.5 とり肉(皮なし) 26 たまねぎ 32.5 にんじん 13 塩 0.6 こしょう 0.04 チーズ 6 (油 4.6 小麦粉 4.6 牛乳 70 脱脂粉乳 5 砂糖 26 マカロニ 26 ゆで塩 3.5 粉チーズ 0.8		●ホイコーロー丼 油 1.2 にんにく 0.2 しょうが 0.4 (豚肉(もも) 27 豚肉(肩) 27 たまねぎ 0.1 塩 1.2 こしょう 0.02 中華スープの素 1.8 みりん 2.4 片栗粉 1.8 チンゲン菜 10		●親子丼 水 52 厚けずり節(かつお) 4 とり肉(もも皮つき) 32 とり肉(もも皮なし) 32 たまねぎ 45 しょうゆ 7 酒 1.3 みりん 2.6 砂糖 2.6 水 32 卵 9		●沢煮焼 水 150 厚けずり節(かつお) 3.6 豚肉(もも) 10 豚肉(肩) 10 ごぼう 6 にんじん 12 大根 18 えのきたけ 6 しょうが 0.36 しょうゆ 0.84 こしょう 0.02 しょうゆ 1.8 片栗粉 0.6 水 6		●麦ごはん 精白米 85 砂糖 0.1 米粒麦 10 (油 5.6 小麦粉 5.6 生クリーム 3.6																													
●もやし炒め 油 0.4 ベーコン 4 たまねぎ 12 (にんじん 6 ゆで塩 6		●吸い物 水 150 こんぶ 0.65 厚けずり節(かつお) 6.5 かんぴょう 3 かんぴょう 10 大根 15 油揚げ 6 塩 0.6 しょうゆ 1.8 (のらぼう菜(市内産) 12 ゆで塩 12		●中華スープ 水 150 とり肉(皮つき) 15 とり肉(皮なし) 15 たけのこ(水煮) 8 にんじん 15 たまねぎ 30 塩 0.8 こしょう 0.02 中華スープの素 1.8 片栗粉 1.8 チンゲン菜 10		●ボークカレー 油 0.6 にんにく 0.4 しょうが 0.2 (豚肉(もも) 30 豚肉(肩) 30 塩 0.1 こしょう 0.01 たまねぎ 96 しょうゆ 0.8 塩 0.2 しょうゆ 0.8		●キャベツとじゃこの炒め煮(キャベツ) ごま油 0.8 キャベツ 60 にんじん 6 ゆで塩 0.2 塩 0.2 しょうゆ 0.8																															
中等部エネルギー738 kcal 中等部たんぱく質 31.8 g 小学部エネルギー591 kcal 小学部たんぱく質 25.4 g		中等部エネルギー816 kcal 中等部たんぱく質 31.9 g 小学部エネルギー653 kcal 小学部たんぱく質 25.5 g		中等部エネルギー807 kcal 中等部たんぱく質 32.9 g 小学部エネルギー645 kcal 小学部たんぱく質 26.3 g		中等部エネルギー735 kcal 中等部たんぱく質 33.9 g 小学部エネルギー588 kcal 小学部たんぱく質 27.1 g		中等部エネルギー791 kcal 中等部たんぱく質 28.8 g 小学部エネルギー633 kcal 小学部たんぱく質 23.0 g																															
17 (月)	ごはん さばのあまからあげ しおだれやさい みそしる きゅうにゅう	特別支援学校給食コンテスト 【最優秀賞受賞献立】			今月の献立の作り方を紹介します																																		
◎主食、主菜、副菜について知る		田島支援学校高等部1年佐藤優太 さんが考えた献立をアレンジしました。 《テーマ》 今までの給食で食べたことない味付けのメニュー。 《受賞のポイント》 児童生徒が好む食材を食べやすい味つけに工夫し、献立に取り入れた豊かな発想が評価されました。			桃のつぼみもふくらみ、春の気配を感じる頃になりました。今月は、「ひな祭り」の行事食について紹介します。 ひな祭りは、女の子の健やかな成長を願い、ひな人形をかざり、桃の花やひし餅をそなえ、白酒で祝う行事です。 3月3日はひな祭りにちなんで、「ちらしごはん」「やよい汁」「ひなあられ」の献立です。																																		
●ごはん 精白米 90		●みそ汁 水 150 こんぶ 0.65 厚けずり節(かつお) 6.5 豆腐(冷) 36 赤みそ(減塩) 36 白みそ(減塩) 5 (ほうれん草 6 ゆで塩 6			【ちらしごはん】(米2合分)																																		
●さばの甘辛揚げ 揚げ油 適量 (さば(切り身) 60 片栗粉 5.7 小麦粉 2.8 片栗粉 5.6 水 2 砂糖 2 しょうゆ 3.2 みりん 0.2		●塩だれ野菜 (にんじん 10 ゆで塩 30 もやし 30 キャベツ 30 ごま油 0.8 塩 0.35 白いりごま 1.4			①ごはんは、かために炊飯する。 ②とり肉は1cm角に切る。かんぴょうはさっと洗い、塩もみしてから水で戻し、やわらかくなるまでゆで、長さ2cmに切る。油揚げは軽くゆでて油抜きをし、短冊に切る。にんじんは短冊切りにする。れんこんは薄めのいちよう切りにする。さやいんげんは塩ゆでし斜めに切る。 ③鍋に油を入れて、とり肉を炒める。 ④水、調味料を入れ、かんぴょう、にんじん、れんこんを煮る。 ⑤野菜がやわらかくなったら、油揚げ、酢を入れ汁が少なくなるまで煮る。 ⑥炊き上がったごはんをよく混ぜて、さやいんげんをちらす。 ※お好みできざみのり・錦糸卵をかける。																																		
中等部エネルギー837 kcal 中等部たんぱく質 28.1 g 小学部エネルギー670 kcal 小学部たんぱく質 22.5 g					【やよい汁】(4人分)																																		
					①けずり節でだしをとる。 ②かまぼこは短冊に切る。ほうれん草はゆでて、長さ2cmに切る。長ねぎは斜め薄切りにする。 ③だし汁に塩、しょうゆを入れて味を調える。 ④かまぼこを入れ煮る。 ⑤水溶き片栗粉を入れ、ひと煮立ちしたら卵を溶いて流し入れる。 ⑥ほうれん草、長ねぎを入れて仕上げる。 ※かまぼこはなるとでもよい。																																		

※ごはんは精白米、パンは小麦粉の量で示しています。※飲用牛乳は全学年200ccです。