



# 7がつ よていこんだてひょう

令和7年6月26日  
都立小金井特別支援学校  
校長 村山 孝  
栄養職員 北川 園子

7がつの  
きゅうしょくもくひょう

## てをきれいにあらおう



ただしく おいて はいぜんしましょう!

やさい

デザート

にく・  
さかな

ごはん

しるもの

はし

こんげつは しょうがくぶ4ねんせい  
のリクエストです。リクエストメニュー  
には★をつけています。

	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)
	ごはん ★さけのしおやき だいこんおろし ポテトサラダ みそしる フルーツヨーグルト ぎゅうにゅう 小低: 536 kcal 小高: 624 kcal 中学: 733 kcal	★きなこあげパン ポトフ トマトときゅうりのサラダ こだますいか ぎゅうにゅう 小低: 509 kcal 小高: 599 kcal 中学: 744 kcal	ごはん ★さばのみそに やさいのもの すましじる ★メロン ぎゅうにゅう 小低: 527 kcal 小高: 606 kcal 中学: 707 kcal	ごはん ★ハンバーグ フライドポテト おひたし みそしる ★オレンジ ぎゅうにゅう 小低: 549 kcal 小高: 630 kcal 中学: 723 kcal
7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)
ごはん ★とりのからあげ カレーきんぴら たなばたじる こだますいか ぎゅうにゅう 小低: 524 kcal 小高: 610 kcal 中学: 718 kcal	ごはん ★さばのカレーふうみやき ひじきとだいずのサラダ みそしる ★メロン ぎゅうにゅう 小低: 514 kcal 小高: 592 kcal 中学: 693 kcal	★ミートソーススパゲティ ★フレンチサラダ こまつなのスープ ★チーズケーキ ぎゅうにゅう 小低: 589 kcal 小高: 682 kcal 中学: 781 kcal	ごはん ★あじフライ ごまあえ とんじる ゆでとうもろこし ぎゅうにゅう 小低: 536 kcal 小高: 621 kcal 中学: 710 kcal	ごはん ★とんかつ のりあえ みそしる パイナップル ぎゅうにゅう 小低: 501 kcal 小高: 578 kcal 中学: 672 kcal
14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	
★カレーライス カラフルサラダ やさいスープ ★メロン ぎゅうにゅう 小低: 549 kcal 小高: 629 kcal 中学: 713 kcal	ごはん ★マーボーどうふ はるさめサラダ ちゅうかたまごスープ ★あんにとどうふ ぎゅうにゅう 小低: 563 kcal 小高: 655 kcal 中学: 743 kcal	★ソースやきそば なすのすじょうゆあえ もやしのスープ ★チョコケーキ ぎゅうにゅう 小低: 501 kcal 小高: 577 kcal 中学: 651 kcal	ごはん ★さばのたつたあげ とさずかけ みそしる こだますいか ぎゅうにゅう 小低: 544 kcal 小高: 625 kcal 中学: 748 kcal	

\*安全な食材の仕入れ等により、献立が変更となる場合があります。御了承ください。