



4がつ よていこんだてひょう

令和8年 4月 6日
都立小金井特別支援学校
校長 石田 節恵
栄養士 高野 美幸

4がつの
きゅうしょくもくひょう

あたらしい かんきょうでの きゅうしょくに なれよう

6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)
しぎょうしき	にゅうがくしき	たんしゅくじゅぎょう	カレーライス カラフルサラダ こまつなのスープ りんご ぎゅうにゅう 小低: 544 kcal 小高: 625 kcal 中学: 708 kcal	ごはん マーボー豆腐 はるさめサラダ ちゅうかやさいスープ あんにと豆腐 ぎゅうにゅう 小低: 521 kcal 小高: 607 kcal 中学: 687 kcal
13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)
ごはん とりのからあげ (小低2個、小高3個、中4個) のりあえ みそしる りんご ぎゅうにゅう 小低: 482 kcal 小高: 566 kcal 中学: 657 kcal	ごはん さけのしおやき だいこんおろし やさいのにももの みそしる みかんゼリー ぎゅうにゅう 小低: 483 kcal 小高: 559 kcal 中学: 657 kcal	みるくパン クリームシチュー ごぼうサラダ きよみオレンジ ぎゅうにゅう 小低: 522 kcal 小高: 617 kcal 中学: 768 kcal	おやこどん おひたし みそしる ぶどうゼリー ぎゅうにゅう 小低: 507 kcal 小高: 587 kcal 中学: 661 kcal	ごはん さばのカレーふうみやき ひじきのにももの みそしる りんご ぎゅうにゅう 小低: 506 kcal 小高: 586 kcal 中学: 691 kcal
20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)
ごはん ハンバーグ フライドポテト おひたし みそしる きよみオレンジ ぎゅうにゅう 小低: 531 kcal 小高: 610 kcal 中学: 697 kcal	ごはん さばのみそに ごまあえ すましじる りんご ぎゅうにゅう 小低: 497 kcal 小高: 572 kcal 中学: 673 kcal	にくうどん わかめサラダ チョコケーキ ぎゅうにゅう 小低: 525 kcal 小高: 608 kcal 中学: 685 kcal	チキンライス フレンチサラダ やさいスープ プリン ぎゅうにゅう 小低: 485 kcal 小高: 557 kcal 中学: 631 kcal	ごはん さけのムニエル きりぼしだいこんのにももの みそしる りんご ぎゅうにゅう 小低: 498 kcal 小高: 579 kcal 中学: 680 kcal
27日(月)	28日(火)	29日(祝)	30日(木)	
ごはん とりのつくねやき ごもくきんぴら みそしる きよみオレンジ ぎゅうにゅう 小低: 505 kcal 小高: 578 kcal 中学: 661 kcal	たけのごはん さわらのさいきょうやき いりどり みそしる フルーツヨーグルト ぎゅうにゅう 小低: 532 kcal 小高: 621 kcal 中学: 723 kcal	しょうわのひ	ごはん どんかつ おかかあえ みそしる りんご ぎゅうにゅう 小低: 500 kcal 小高: 576 kcal 中学: 672 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。