



4月給食だより

令和7年4月号
都立城東特別支援学校
校長 秋本 友美
栄養士 木村 由美

御入学・御進級おめでとうございます！

新学期、学校生活の新しいスタートです。色とりどりの花が咲き、あちらこちらで春を感じます。
環境が変わり、疲れが出やすい季節ですので、きちんと朝ごはんを食べて体調を崩さず元気に登校しましょう。

～給食室より～

今年度も、安全でおいしい給食を児童・生徒のみなさんに食べてもらえるよう、給食室一同がんばっていきます。どうぞよろしくお願いします！



＜給食室のメンバーの紹介＞

★栄養士：木村 由美

★調理員：株式会社レパストのみなさん

藤木チーフ、サブチーフを含む16人の調理員さん



＜献立内容＞

主食は、週5回のうち、ごはん4回・パン0～1回・めん0～1回。

牛乳は、200ml ピン装の低温殺菌牛乳。

旬の食品や季節の行事食を取り入れ、和食を主体とした献立とし、望ましい食習慣の見本を目指します。

使用食材は、国産品の使用に最大限努め、不必要な食品添加物が使用されていないものを選定し、調理済加工品や調理済冷凍食品を使用せず、手作り調理を心がけます。

＜食事摂取基準（児童・生徒1人1回当たり）＞

学部	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩 g
小学部 低学年	520	21	14～17	2未満
小学部 高学年	610	25	17～20	2.5未満
中学部	720	28	20～24	3未満

～給食費について～

令和7年度の給食費につきましては、都立学校給食費負担軽減事業により、都立学校の保護者等が負担する学校給食費を都が全額負担することから、保護者等からの給食費の徴収は、行いません。

なお、令和7年度の給食費1食単価をもとに、運営してまいります。

1食単価の算定は、令和6年度の食品使用実績・学校給食摂取基準及び食品構成、物価上昇率等を基に算出しております。

＜令和7年度1食単価＞

学部	1食単価
小学部 低学年	340円
小学部 高学年	390円
中学部	480円

おうちの方へ

給食室では、旬の食材を取り入れ、いろいろな調理法で多様な食材を提供します。小学部低学年の子どもたちには『感覚過敏』や『こだわり』、『好き嫌い』がある児童がとて多くみられます。しかし、いろいろな味に触れる経験を繰り返すことで、一口ずつ食べられるものが増えていく児童・生徒がたくさんいます。

ぜひ、お子様の成長を楽しみにしてください。

御家庭でも時には自先が変わった料理を作り、たくさんの食べ物に触れる機会を増やしていきましょう。

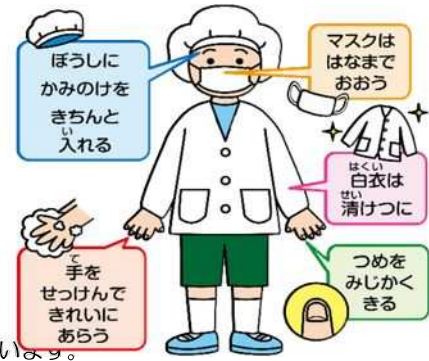
食生活全般について、不安なこと、心配なことがありましたら、いつでも栄養士に御相談ください。

令和7年

4月

献立表

都立城東特別支援学校

月	火	水	木	金
7	8	9	10	11
しぎょうしき 始業式 	ごはん さばのごまみそ焼き キャベツの即席漬け きりぼしだいこん にも 切干大根の煮物 すまし汁 ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん マーボー豆腐 ごまドレッシングサラダ だいこん 大根とわかめのスープ ぎゅうにゅう 牛乳	だいず い 大豆入りミートソース スパゲティ やさい 野菜たっぷりスープ くだもの かんきつ 果物（柑橘） ぎゅうにゅう 牛乳	カレーライス レモン風味サラダ フルーツヨーグルト ぎゅうにゅう 牛乳
14	15	16	17	18
やきにくどん 焼肉丼 パリパリサラダ みそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん ぶたにく 豚肉とキャベツの みそ炒め こうや とうふ ちんげんさい 高野豆腐と青梗菜のスープ あんにな豆腐 ぎゅうにゅう 牛乳	たけのこごはん さけの塩焼き じゃがいものきんぴら みそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん にく とうふ 肉豆腐 ごまみそ和え みそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳	けんちんうどん だいず 大豆とじゃこの 甘辛揚げ ごまミルクゼリー ぎゅうにゅう 牛乳
21	22	23	24	25
ごはん カレー肉じゃが ごぼうのごまマヨサラダ あさりのみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳	はいが 胚芽ハニートースト ポークシチュー シーザーサラダ くだもの かんきつ 果物（柑橘） ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん ちぐさ や 干草焼き じゃこ入り煮びたし いも煮汁 ぎゅうにゅう 牛乳	チャーハン ブロッコリーの中中華和え 肉だんごスープ ぎゅうにゅう 牛乳	ごはん ぎん さいきょうや 銀ぼらの西京焼き あお 青のりポテト あおな あ 青菜のごま和え みそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳
28	29	30 入学祝い献立	 ぼうしに かみのけを きちんと 入れる マスクは はなまで おおう はくい 白衣は せい 清けつに て 手を せつけんて きれいに あらう つめを みじかく きる	
ごはん ひじき入り卵焼き だいこん 大根のじゃこ炒め 貝だくさんみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳	しょうわ ひ 昭和の日 	せきはん お赤飯 あこうだいの照り焼き じゃがいもの煮物 さかに わん 沢煮碗 ぎゅうにゅう 牛乳		

☆ 献立の右の欄にはアレルギー等の理由で除去対応・情報提供している食品を表示しています。

（乳・卵・小麦・えび・かに・いか・たこ・貝・柿・オレンジ・ごま・牛肉・豚肉・ゼラチン・鶏肉・昆布）

◇ 材料等の都合により、献立を変更することがありますので御了承ください。

栄養価平均	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
小学部(低)	515kcal	22.5g	19.1g	1.8g
小学部(高)	571kcal	24.7g	20.8g	2.0g
中学部	682kcal	29.2g	24.0g	2.5g

給食では提供しない食品

そば 魚卵（子持ちししゃも 子持ちかれい等は提供 魚卵そのものは提供なし） 落花生
木の实（ごま くりは提供 それ以外の木の实 アーモンド カシューナッツ くるみ
ヘーゼルナッツ けしの実 まつみ 松の実の提供はなし）
くだもの
果物のうち キウイフルーツ グレープフルーツ バナナ 生のパイナップルは提供なし

