

令和8年 5 月 予定献立表



都立村山特別支援学校

校長 阿部 智子

栄養士 鎌水 浩二

樋口 綾香

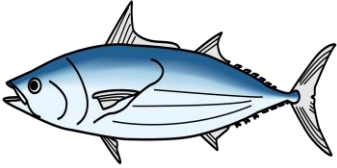
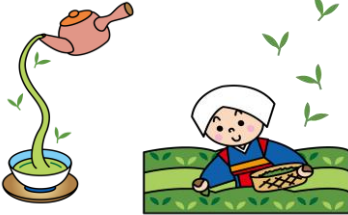
端午の節句のおはなし

5月5日は「端午の節句」で、男の子の元気な成長と幸せを願う日です。

もともとは中国から伝わった行事で、菖蒲（しょうぶ）やよもぎで病気や 悪いものを追いはらう習慣がありました。

江戸時代には、菖蒲が「勝負」「武」を表すことから、かぶとや武者人形を飾るようになりました。

また5月5日は「こどもの日」でもあり、子どもの幸せを願い、母に感謝する日です。

4日(月)			5日(火)			6日(水)			7日(木)			8日(金)		
みどりの日			こどもの日			振替休日			端午の節句(5月5日)			八十八夜(5月2日)		
									牛乳 中華炊きおこわ 肉団子と春雨のスープ 風味漬け 中華ポテト			牛乳 ごはん たぬき汁 トンテキ、ゆで野菜 切り干し大根の煮物 抹茶プリン		
574kcal			641kcal			607kcal			591kcal			569kcal		
534kcal			583kcal			538kcal			585kcal			497kcal		
446kcal			512kcal			504kcal			496kcal			435kcal		
18日(月)			19日(火)			20日(水)			21日(木)			22日(金)		
牛乳 豚丼 みそ汁(豆腐・わかめ) ツナマヨネーズ和え			牛乳 あんかけ焼きそば ワンタンスープ 野菜の中華漬け ごまミルクプリン			牛乳 ごはん けんちん汁 鯉の唐揚げケチャップあん 小松菜のレモン和え			牛乳 ごはん 千切り野菜のスープ ミートローフ マッシュポテト にんじんドレッシングサラダ			牛乳 二色丼 沢煮椀 野菜のごま酢和え おかしな目玉焼き		
585kcal			649kcal			577kcal			599kcal			639kcal		
527kcal			542kcal			510kcal			547kcal			584kcal		
440kcal			495kcal			429kcal			453kcal			499kcal		
25日(月)			26日(火)			27日(水)			28日(木)			29日(金)		
牛乳 ごはん みそ汁(小松菜・油揚げ) さばのカレー焼き キャベツのおかか和え			牛乳 豚キムチチャーハン 大根とわかめのスープ レバーとじゃがいもの揚げ煮 ナムル 杏仁豆腐			牛乳 ごはん みそ汁(なめこ・豆腐) 肉じゃが 小松菜のごま和え 金時豆の甘煮			牛乳 ハニートースト ポークビーンズ トマトとカッテージチーズのサラダ			牛乳 ごはん みそ汁(芋・玉ねぎ・生揚げ) ひじき入り卵焼き 磯和え ミルクティーゼリー		
577kcal			611kcal			592kcal			604kcal			587kcal		
459kcal			627kcal			513kcal			534kcal			534kcal		
392kcal			535kcal			442kcal			468kcal			481kcal		

令和8年5月予定献立表

日	牛乳	献立名(普通食)	赤の仲間血や肉になる	黄の仲間熱や力の元になる	緑の仲間体の調子を整える	その他	日	牛乳	献立名(普通食)	赤の仲間血や肉になる	黄の仲間熱や力の元になる	緑の仲間体の調子を整える	その他
1金	○	ごはん		米			19火	○	あんかけ焼きそば	豚肉、いか×、えび×	蒸し中華めん(冷麦)、砂糖、油、でんぶん	にんじん、玉葱、はくさい、もやし×、しょうが、にら	カレーソー
		たぬき汁	油揚げ(豆腐)、みそ	油、こんにゃく	だいこん、ごぼう、はくさい、にんじん、ねぎ(たまねぎ)				ワントンスープ	豚肉×	ワントン、油	もやし×、にんじん、ねぎ(たまねぎ)、干し椎茸、こまつな	
		トンテキ	豚肉	砂糖、でんぶん	にんにく				野菜の中華漬け		砂糖、油	だいこん、にんじん、きゅうり、セロリー×	
		ゆで野菜			キャベツ、きゅうり				ごまミルクプリン	寒天、牛乳	砂糖、ごま、黒砂糖、水あめ		
		切り干し大根の煮物	油揚げ(豆腐)	油、砂糖	切り干しだいこん、にんじん				ごはん		米		
7木	○	抹茶プリン	寒天、牛乳、生クリーム、あずき	砂糖		抹茶	20水	○	けんちん汁	豆腐	油、こんにゃく、さといも	ごぼう、だいこん、にんじん、ねぎ×	
		中華炊きおこわ	豚肉×	米、もち米×、油、砂糖	しょうが、干し椎茸、たけのこ、にんじん				鹿の唐揚げケチャップあん	かつお 角切り	かたくり粉、米粉、じゃがいも、油、砂糖、ごま	しょうが	
		肉団子と春雨のスープ	鶏肉、豆腐×、おから×	砂糖、でんぶん、はるさめ	しょうが、はくさい×、にんじん、チンゲンツアイ×、ねぎ(たまねぎ)、にんにく				小松菜のレモン和え		砂糖	こまつな、しめじ(まいたけ)、レモン	
		風味漬け		砂糖	キャベツ、こまつな、にんじん				ごはん		米		
		中華ポテト		さつまいも、油、砂糖					千切り野菜のスープ			にんにく、しょうが、キャベツ、玉葱、にんじん、セロリー×	
8金	○	手作りふりかけ	かつお節	砂糖、ごま			21木	○	ミートローフ(チーズ)	豚肉、牛乳、たまご×、チーズ	油、パン粉、でんぶん	玉葱、にんじん、グリーンピース	
		ごはん		米					マッシュポテト	牛乳	じゃがいも、バター		
		豚汁	豚肉、油揚げ(豆腐)、みそ	油、こんにゃく	にんじん、ごぼう、だいこん、ねぎ(たまねぎ)				人参ドレッシングサラダ		油、はちみつ	キャベツ、きゅうり、コーン、にんじん	
		飛龍頭	豆腐、さわら×、たまご×、ひじき	長芋、でんぶん、油	玉葱、にんじん				二色丼	鶏肉、たまご	米、砂糖、油	しょうが	
		けんちん煮	豆腐	油、砂糖	だいこん、にんじん				沢煮椀	豚肉×		ごぼう、にんじん、たけのこ、ねぎ(たまねぎ)、糸みつば	
11月	○	ごはん		米			22金	○	野菜のごま酢和え		油、砂糖、ごま	キャベツ、こまつな、にんじん	
		みそ汁(大根・油揚げ)	油揚げ(豆腐)、みそ		だいこん				おかしな目玉焼き	寒天、牛乳	砂糖	黄桃缶	
		じゃがいもの香味和え	あおのり	じゃがいも、ノンエッグマヨ、ごま					ごはん		米		
		豆腐ハンバーグ	豆腐、豚肉、鶏肉、ひじき、牛乳×、たまご×	パン粉、でんぶん	玉葱、にんじん、しょうが×				みそ汁(小松菜・油揚げ)	油揚げ(豆腐)、みそ		玉葱×、こまつな	
		ツナピラフ	ツナ×	米、おおむぎ×、油、バター	玉葱、にんじん、コーン				さばのカレー焼き	さば	小麦粉、油		カレー粉
12火	○	クラムチャウダー	鶏肉、あさり(ホタテ)、牛乳、生クリーム○	じゃがいも、油、バター、米粉	にんじん、玉葱、にんにく、しょうが		25月	○	キャベツのおかか和え	わかめ、かつお節×		キャベツ	
		キャベツサラダ		油、砂糖	キャベツ、きゅうり、にんじん、玉葱、りんご				豚キムチチャーハン	焼き豚、たまご	米、おおむぎ×、油	はくさい(キムチ漬け)、にんじん、ねぎ×	
		ぶどうゼリー	寒天	砂糖	ぶどうジュース				大根とわかめのスープ	わかめ	ごま×、油	にんにく、しょうが、だいこん	
		セルフフィッシュバーガー	めだい(メカジキ)、たまご、ヨーグルト	丸パン、小麦粉、パン粉、油、ノンエッグマヨ	キャベツ、きゅうりピクルス(酢型)、パセリ				レバーとじゃがいもの揚げ煮	豚レバー、みそ	でんぶん、じゃがいも、油、砂糖	しょうが、にんにく	
		キャベツのスープ	ベーコン×		にんにく、しょうが、キャベツ、玉葱、にんじん		26火	○	ナムル		ごま、砂糖、油	こまつな、もやし、にんじん、にんにく	
13水	○	チーズコーンポテト	牛乳、チーズ、生クリーム○	じゃがいも、油	玉葱、クリームコーン、コーン				杏仁豆腐	寒天、牛乳	砂糖	黄桃缶、みかん缶、白桃缶	デザート
									ごはん		米		
		ごはん		米					みそ汁(なめこ・豆腐)	豆腐、みそ		なめこ、ねぎ	
		たまねぎと卵のスープ	たまご	でんぶん	にんにく、しょうが、玉葱、ほうれんそう				肉じゃが	豚肉	じゃがいも、こんにゃく、油、砂糖	玉葱、にんじん	
		ブルコギ	豚肉	砂糖、はちみつ、油、油、春雨	ねぎ(玉葱)、にんにく、しょうが、りんご、キャベツ、にんじん、玉葱、にら	コチュジャン	27水	○	小松菜のごまあえ		ごま、ごま、砂糖	こまつな、にんじん、キャベツ	
14木	○	黒ごまナムル		黒ごま、砂糖、油	こまつな、もやし、にんじん、にんにく				金時豆の甘煮	赤いんげん豆	砂糖		
		フルーツゼリー	寒天	砂糖	白桃缶、みかん缶、パイナップル				ハニートースト		食パン、バター、はちみつ		
		ごはん		米					ボークビーンズ	大豆、豚肉、生クリーム	油、じゃがいも、砂糖、小麦粉、米粉	しょうが、にんにく、玉葱、マッシュルーム、ビューレ	
		角切り野菜のスープ			にんにく、しょうが、かぶ、玉葱、にんじん、セロリー				トマトとカッテージチーズのサラダ	牛乳	砂糖、油、砂糖	トマト、キャベツ、きゅうり、レモン	
15金	○	チーズオムレツ	豆腐、たまご、ピザチーズ、牛乳○	油、砂糖、でんぶん	ほうれんそう、にんじん、玉葱		28木	○					
		アスパラとキャベツソテー	ベーコン×	じゃがいも、バター、油	アスパラガス、キャベツ				ごはん		米		
		豚丼	豚肉	米、砂糖、油、でんぶん	しょうが、ねぎ				みそ汁(芋・玉葱・生揚げ)	生揚げ(豆腐)、みそ	じゃがいも	玉葱	
		みそ汁(豆腐・わかめ)	豆腐、わかめ、みそ		えのき				ひじき入り卵焼き	豆腐、たまご、ひじき、鶏肉×	砂糖、油、でんぶん	にんじん、万能ねぎ	
		ツナマヨネーズ和え	ツナ	ごま、砂糖、ノンエッグマヨ	キャベツ、こまつな、にんじん				磯あえ	のり	油	こまつな、キャベツ、えのき	
18月	○						29金	○	ミルクティーゼリー	牛乳、寒天、生クリーム	砂糖		紅茶ティー

*本校では、マヨネーズの代用として、卵を使用していない商品を使用しております。

*普通食で使用して、形態食で使用しない食材には×、形態食にのみ使用する食材には○、

普通食と異なる食材を使用する場合は()内に記載しています。

*その他の欄には、基本調味料(塩、しょうゆ、酢、みりん、酒、ワイン、ソース、ケチャップ等)は記載していません。

*ほとんど毎日、形態食には、バター、長芋、くず粉、寒天、パン粉、玉ねぎ、ささみを使用しています。

*形態食では、チーズの代わりにクリームチーズを使用します。