

# 5月 献立予定表



れいわ ねんど  
令和8年度

とうきょうとりつひがしくるめとくべつしえんがっこう  
東京都立東久留米特別支援学校長

きくち なおき  
菊地 直樹

げつようび 月曜日	かようび 火曜日	すいようび 水曜日	もくようび 木曜日	きんようび 金曜日
<b>○本校の基準○</b> エネルギー たんぱく質 740Kcal 28.0g 脂質 食塩相当量 16~24g 2.5g未満 <b>○今月の平均○</b> 679kcal 30.0g 21.3g 2.5g				<b>1</b> 八十八夜 胚芽米入りごはん 鶏肉のオレンジ煮 野菜のごま酢和え みそ汁 抹茶豆乳寒天 牛乳 632kcal 30.5g 13.8g 2.3g
<b>4</b> <b>みどりの日</b>	<b>5</b> <b>こどもの日</b>	<b>6</b> <b>振替休日</b>	<b>7</b> 胚芽米入りごはん 鶏肉のみそマヨ焼き フライドポテト 切干大根サラダ みそ汁 牛乳 701kcal 32.8g 29.3g 2.5g	<b>8</b> ソース焼きそば 大学芋 中華春雨スープ 牛乳 650kcal 26.2g 18.2g 2.9g
<b>11</b> 押し麦入りごはん 鮭の照り焼き 野菜のごまだれかけ 肉じゃが みそ汁 牛乳 643kcal 34.3g 15.2g 2.4g	<b>12</b> 揚げパン(きな粉) ポークビーンズ ひじきと小松菜のサラダ 清見オレンジ 牛乳 697kcal 32.0g 30.5g 2.8g	<b>13</b> 胚芽米入りごはん さばのカレー風味焼き ごま和え 大根とじゃこのサラダ みそ汁 牛乳 732kcal 27.5g 31.5g 2.5g	<b>14</b> なすミートライス ポテトサラダ ミネストローネ 牛乳 679kcal 24.8g 21.3g 2.6g	<b>15</b> 親子丼 鉄骨サラダ みそ汁 アセロラゼリー 東京牛乳 749kcal 33.1g 22.3g 3.2g
<b>16</b> (土曜日) <b>&lt;スポーツフェスタ&gt;</b> キーマカレーライス 野菜サラダ フルーツヨーグルト 牛乳 653kcal 25.2g 18.2g 1.6g	<b>19</b> 食育の日5/19 胚芽米入りごはん 味噌カツゆでキャベツ添え 青菜としらすの煮浸し 野菜のうすくず汁 牛乳 663kcal 30.6g 19.5g 2.2g	<b>20</b> 胚芽米入りごはん 豚肉のすき焼き風煮 野菜のごまみそ和え みそ汁 プリン 牛乳 731kcal 33.4g 22.0g 2.8g	<b>21</b> 塩野菜ラーメン 中華風甘酢漬け キャラメルポテト 牛乳 714kcal 27.8g 22.6g 2.7g	<b>22</b> 押し麦入りごはん 回鍋肉 切干大根の煮物 中華スープ 牛乳 659kcal 30.5g 20.5g 2.2g
<b>25</b> 胚芽米入りごはん 白身魚の野菜あんかけ 切干と小松菜のごま酢和え みそ汁 牛乳 616kcal 27.9g 13.8g 2.5g	<b>26</b> セルフとりごぼうバーガー (鶏テリヤキ・ゴホウサラダ(ノンエッグマヨ)) ツナのトマトスープ メロン 牛乳 661kcal 36.1g 25.4g 2.5g	<b>27</b> 小松菜豚みそ丼 キャベツの梅おかか和え みそ汁 芋ようかん(生クリーム) 牛乳 695kcal 28.8g 18.3g 2.5g	<b>28</b> 胚芽米入りごはん 鱈のごま焼き チーズコーンポテト 磯和え なめこ汁 牛乳 706kcal 32.4g 21.4g 2.2g	<b>29</b> ゆかりごはん(押麦) 干草焼き きんぴらごぼう みそ汁 小玉すいか 牛乳 643kcal 26.9g 19.3g 1.9g