



令和7年度

5がつのよていこんだてひょう



宮城県立角田支援学校

日曜	こんだてめい	おもなざいりょうと3つのはたらき			栄養価		給食が 休み等 がある 学部・ 学年
		あかのしょくひん	きのしょくひん	みどりのしょくひん	小学部 (中学年)	中学部 高等部	
		ちにくほねは 血や肉、骨や歯になる	ねつちから 熱や力になる	からだちやうしととの 体の調子を整える	エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 塩分(g)		
1 木	ごはん マーボー豆腐 こめつなとメンマのあえもの ちゅうかスープ げんきヨーグルト	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とう ふ、みそ、とりにく、ヨーグル ト	ごはん、さとう、でんぷん、ご まあぶら、あぶら、ごま	にんじん、たけのこ、しいたけ、 ねぎ、にら、こまつな、もやし、メ ンマ、はくさい、たまねぎ	566 26.1 18.6 2.9	724 32.1 22.0 3.7	
2 金	わかめごはん カツオカツ ソース ちくぜんに キャベツのみそしる こどものひゼリー	ぎゅうにゅう、かつお、とりに く、あぶらあげ、みそ	ごはん、あぶら、さとう、パン こ	たけのこ、こんにゃく、にんじん、 ごぼう、れんこん、しいたけ、 キャベツ、えのきたけ	572 23.0 16.2 2.9	741 29.0 19.0 3.8	
7 水	スパゲティミートソース グリーンサラダ コンソメスープ	ぶたにく、ぎゅうにゅう、ベー コン	スパゲティ、あぶら、じゃが いも	にんじん、たまねぎ、セロリー、 ピーマン、しいたけ、パセリ、トマ ト、ブロッコリー、キャベツ、とう もろこし	548 24.5 20.9 2.3	717 31.4 25.1 2.9	
8 木	たけのこおこわ ポテトコロッケ ソース こまつなとあつあげのごまいため だいこんのみそしる	あぶらあげ、とりにく、ぎゅう にゅう、なまあげ、みそ	ごはん、もちごめ、あぶら、 ごまあぶら、ごま、パンこ	たけのこ、にんじん、こまつな、 ぶなしめじ、だいこん、えのきた け、ねぎ	570 22.0 20.3 2.5	718 26.6 24.0 3.1	
9 金	ごはん とりにくのごまみそがけ じゃがいものそぼろに ひきなじる	ぎゅうにゅう、とりにく、みそ、 ぶたにく、あぶらあげ、とう ふ	ごはん、さとう、ごま、じゃが いも、でんぷん、あぶら	にんじん、たまねぎ、しいたけ、 えだまめ、だいこん、ねぎ	568 29.7 18.8 2.2	730 36.3 22.1 2.7	白石校
12 月	ごはん チンジャオロース ちゅうかサラダ コーンいりたまごスープ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とりに く、ベーコン、たまご	ごはん、あぶら、さとう、でん ぷん、ごまあぶら、ごま	ピーマン、あかピーマン、たけの こ、しいたけ、もやし、キャベツ、 きゅうり、とうもろこし、ほうれん そう、たまねぎ	537 27.9 18.4 2.0	705 35.0 22.0 2.5	
13 火	ごはん さばのしおやき きりぼしだいこんのいりに じゃがいものみそしる バナナ	ぎゅうにゅう、さば、あぶらあ げ、とうふ、みそ	ごはん、あぶら、さとう、じゃ がいも	きりぼしだいこん、にんじん、し いたけ、こんにゃく、えのきたけ、 たまねぎ、バナナ	561 26.4 14.6 2.1	711 32.0 16.8 2.8	白石校
14 水	こめこフオカッチャ ドライカレー まめまめサラダ かぶのスープ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、だい ず、ひよこまめ、チーズ、 ベーコン	パン、あぶら、さとう、マヨ ネーズ	たまねぎ、にんじん、ピーマン、 えだまめ、とうもろこし、かぶ、セ ロリー	622 30.6 28.3 3.2	789 38.7 34.9 4.4	
15 木	ごはん ユーリンチー はるさめとやさいのいためもの みそやさいスープ	ぎゅうにゅう、とりにく、ベー コン、みそ	ごはん、でんぷん、あぶら、 さとう、ごまあぶら、はるさ め、ごま	ねぎ、チンゲンサイ、だいずもや し、にんじん、とうもろこし、たま ねぎ、もやし、キャベツ	582 22.7 21.9 2.2	757 27.5 26.3 2.9	白石校 高2ー1
16 金	むぎごはん ぶたにらどんのぐ ツナとキャベツのあえもの はっとじる	ぎゅうにゅう、ぶたにく、ツ ナ、わかめ、とりにく	ごはん、むぎ、あぶら、さと う、でんぷん、ごまあぶら、こ むぎこ、こめこ	たまねぎ、にんじん、にら、キャ ベツ、だいこん、ごぼう、ねぎ	553 28.6 15.2 1.9	721 35.8 17.5 2.5	高2ー2
5月19日(月) 運動会 振替休業日							
20 火	むぎごはん ビビンバのぐ(にくそぼろ ナムル たまご) はるさめサラダ わかめスープ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、み そ、たまご、ハム、わかめ、と うふ	ごはん、むぎ、さとう、ごまあ ぶら、ごま、はるさめ	ほうれんそう、にんじん、だいず もやし、もやし、きゅうり、キャベ ツ、たまねぎ、ねぎ、しいたけ	572 25.0 23.5 2.7	750 31.3 28.4 3.5	
21 水	みそラーメン にくしゅうまい(2こ) ポテトサラダ りんごゼリー	ぶたにく、ぎゅうにゅう、しゅ うまい、ハム	ラーメン、あぶら、ごま、じゃ がいも、マカロニ、マヨネー ズ	メンマ、キャベツ、にんじん、たま ねぎ、もやし、とうもろこし、ね ぎ、きゅうり、りんご	590 23.7 21.1 3.3	750 29.2 25.0 4.1	
22 木	ごはん アジフライ ソース きざみこんぶのにももの にらたまじる	ぎゅうにゅう、アジ、こんぶ、 ぶたにく、あぶらあげ、たま ご、とうふ、みそ	ごはん、あぶら、さとう、パン こ	にんじん、こんにゃく、しいたけ、 だいずもやし、にら、たまねぎ	566 26.7 19.7 2.2	736 32.8 23.4 2.9	高等部
23 金	むぎごはん ポークカレー おかかあえ ABCやさいスープ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、かつ おぶし、とりにく	ごはん、むぎ、あぶら、じゃ がいも、マカロニ	にんじん、たまねぎ、キャベツ、 ほうれんそう、セロリー	519 22.3 14.8 2.3	678 27.9 17.2 2.8	
26 月	ごはん とりにくのレモンソースかけ しろいしーめんサラダ チンゲンサイスープ	ぎゅうにゅう、とりにく、ツナ、 ぶたにく、とうふ	ごはん、でんぷん、あぶら、 さとう、うーめん、ごまあぶら	レモン、にんじん、キャベツ、もや し、チンゲンサイ、たまねぎ	542 26.0 17.9 2.3	704 31.7 21.1 2.9	白石校
27 火	ごはん ほっけのしおやき にくじゃが わかめととうふのみそしる うめゼリー	ぎゅうにゅう、ほっけ、ぶたに く、わかめ、とうふ、みそ	ごはん、あぶら、じゃがいも、 さとう	にんじん、たまねぎ、こんにゃく、 しいたけ、グリーンピース、だいこ ん	523 26.6 13.2 2.4	673 33.1 15.1 3.2	
28 水	セルフフィッシュバーガー(よこわりまるパン たらフライ ソース キャベツ) ブロッコリーサラダ とうにゅうシチュー	ぎゅうにゅう、たら、とりにく、 とうにゅう	パン、あぶら、じゃがいも、 パンこ	キャベツ、にんじん、ブロッコ リー、カリフラワー、とうもろこ し、たまねぎ、ぶなしめじ	563 25.5 19.3 2.5	727 32.8 23.5 3.3	小4
29 木	むぎごはん タコライスのぐ(タコミート キャベツ チーズ) キャベツスープ フルーツヨーグルト	ぎゅうにゅう、ぶたにく、チー ズ、とりにく、ヨーグルト	ごはん、むぎ、あぶら、さとう	たまねぎ、たまねぎ、トマト、キャ ベツ、にんじん、セロリー、みか ん、パイナップル、もも、バナ ナ	587 24.4 20.3 1.9	769 30.4 24.2 2.5	
30 金	ごはん ぶたにくのバーベキューソースかけ かいそうサラダ もやしじる	ぎゅうにゅう、ぶたにく、み そ、かいそう、わかめ、ツナ、 とりにく	ごはん、さとう、ごま、あぶ ら、じゃがいも、ごまあぶら	りんご、たまねぎ、キャベツ、に んじん、もやし、ねぎ	537 27.1 18.4 2.3	694 33.0 21.7 3.1	中3

☆ぎゅうにゅうはまいしよくつきます。

【今月の予定】

■5月2日(金):こどもの日給食

■5月29日(木):お誕生日給食



※物資の都合により、献立や食材が変更になる場合があります。予めご了承ください。

【給食目標】 食事の前に手洗いうがいをしよう。

【栄養目標】 食べ物に関心を持ちましょう。