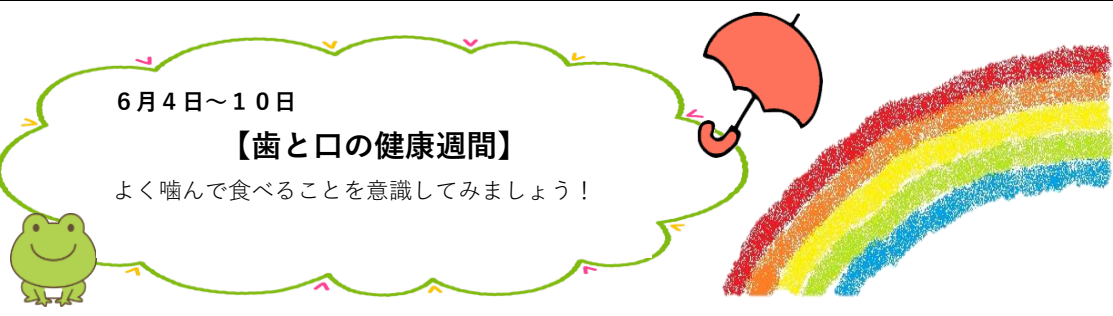


令和6年6月 予定献立表

東京都立臨海青海特別支援学校

月	火	水	木	金
<div style="border: 2px dashed green; border-radius: 50%; padding: 20px; display: inline-block;"> <p>6月4日～10日</p> <p>【歯と口の健康週間】</p> <p>よく噛んで食べることを意識してみましょう！</p> </div> 				15 (土) 中学部のみ
3	4	5	6	7
<p>ごはん</p> <p>豆腐ステーキ肉野菜あんかけ</p> <p>わかめサラダ</p> <p>みそ汁</p> <p>牛乳</p>	<p>ごはん</p> <p>鮭の香味焼き</p> <p>粉ふき芋</p> <p>ひじきのマヨネーズ和え</p> <p>けんちん汁</p> <p>牛乳</p>	<p>メキシカンライス</p> <p>カラフルハニーサラダ</p> <p>パンプキンスープ</p> <p>アセロラゼリー</p> <p>牛乳</p>	<p>ごはん</p> <p>和風ハンバーグ</p> <p>マスタード和え</p> <p>みそ汁</p> <p>牛乳</p>	<p>バターライス オーロラソース</p> <p>アスパラとポテトのサラダ</p> <p>豆と野菜のスープ</p> <p>牛乳</p>
10	11	12	13	14
<p>ごはん</p> <p>鯖のみそ煮</p> <p>梅和え</p> <p>野菜碗</p> <p>あじさいゼリー</p> <p>牛乳</p>	<p>ツナとトマトのスパゲッティ</p> <p>ポテトサラダ</p> <p>オニオンスープ</p> <p>牛乳</p>	<p>ごはん</p> <p>豚肉と生揚げのみそ炒め</p> <p>春雨サラダ</p> <p>中華スープ</p> <p>牛乳</p>	<p>ごはん</p> <p>厚焼き玉子 大根おろし</p> <p>ツナ和え</p> <p>豆乳汁</p> <p>さくらんぼ</p> <p>牛乳</p>	<p>中華丼</p> <p>ごぼうサラダ</p> <p>わかめスープ</p> <p>牛乳</p>
17	18	19	20	21
<p>ごはん</p> <p>治部煮</p> <p>練りごま和え</p> <p>みそ汁</p> <p>牛乳</p>	<p>ごはん</p> <p>鶏肉のみそマヨネーズ焼き</p> <p>おかか和え</p> <p>沢煮碗</p> <p>小玉すいか</p> <p>牛乳</p>	<p>きな粉揚げパン</p> <p>カレーポトフ</p> <p>パプリカのサラダ</p> <p>牛乳</p>	<p>ごはん</p> <p>鯖の薬味焼き</p> <p>青のりポテト</p> <p>千草和え</p> <p>かきたま汁</p> <p>牛乳</p>	<p>タコライス</p> <p>にんじんしりしり</p> <p>もずくのスープ</p> <p>パインゼリー</p> <p>牛乳</p>
24	25	26	27	28
<p>ごはん</p> <p>塩麻婆豆腐</p> <p>中華風ごぼうサラダ</p> <p>小松菜としめじのスープ</p> <p>牛乳</p>	<p>えだまめ 枝豆としらすのご飯</p> <p>鯖の塩焼き</p> <p>のり和え</p> <p>のっぺい汁</p> <p>牛乳</p>	<p>カレーうどん</p> <p>揚げなすの和え物</p> <p>フルーツヨーグルト</p> <p>牛乳</p>	<p>ごはん</p> <p>豚肉のすき焼き風煮</p> <p>切干大根のごま酢和え</p> <p>みそ汁</p> <p>牛乳</p>	<p>チキンライス</p> <p>コーンサラダ</p> <p>コンソメスープ</p> <p>カスタードプリン</p> <p>牛乳</p>

☆ 献立の右の欄には現在アレルギー等の理由で除去対応している食品を表示しています。

(牛乳・乳製品【乳】、小麦、鶏卵【卵】、エビ、カニ、豚肉、牛肉、ゴマ、リンゴ)

☆ 本校では、ナッツ類全般・アカウオ・魚卵・そば・バナナ・山芋・キウイフルーツ・生パイナップル・納豆・グレープフルーツ

の提供は行っておりません。

☆ マヨネーズは、エッグケアマヨネーズ(卵不使用マヨネーズ)を使用しています。

☆ 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ご了承ください。

☆ 栄養価平均 小学部(低) エネルギー：504kcal たんぱく質：22.1g 脂質：18.7g 食塩相当量：1.9g

小学部(高) 558kcal 24.2g 20.3g 2.1g

中学部 667kcal 28.6g 23.5g 2.7g





給食だより



令和6年6月
東京都立臨海青海特別支援学校

新学期から早2か月が経過しました。新しい環境には少しずつ慣れましたか？

毎年6月は「食育月間」です。生涯にわたって心身ともに健康に暮らしていく

ために、「食べる力」を身につける必要があります。給食で色々な食材と出会い、

食べ物を知ること、食べられるものが増えること、安全に食べるためによく噛んで

飲み込む動作を身につけること…など児童・生徒が毎日の給食で少しずつ何かを学び、

感じとってくれるような給食作りを目指します。



6月4日～10日「歯と口の健康週間」

よく味わって食べるには、よく噛んで食べることが必要になります。そのためには

歯の健康にも意識していくことが大切です。例えば、ご飯をより多く噛むことでどの

ような味の変化が生まれるでしょうか…？普段は意識せずに食べてしまうことが多いか

もしれませんが、よく噛むことでご飯の甘味を感じることができます。食べ物をよく噛む

ことで、食べ物本来の味に気づくことも出来るようになります。その他にもよく噛むこと

で、虫歯の予防や消化吸収、肥満予防効果など良いことがたくさんあります。



給食室の衛生管理について

給食室の衛生管理は「学校給食衛生管理基準」に

沿って実施されます。これは、給食で事故が起きな

いように、衛生管理の重要項目が示されたものです。

さらに、これらの項目を「学校給食日常点検票」で

確認することが義務づけられています。毎日の衛生

管理を徹底し、安全な給食提供を行っていきます。

- 水道水の塩素濃度のチェック
- 材料のチェック (検収)
- 調理員さんの健康状態の確認
- 手洗いの徹底
- 調理時の温度管理
- 材料と調理済み食品を保存
- 子どもたちが食べる 30 分前に検食