

令和6年9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
2	3	4	5	6
しぎょうしぎ 始業式 	ご飯 鯖 <small>さば</small> の塩焼き 青 <small>あお</small> のりポテト おかか <small>あ</small> 和え みそ <small>みそ</small> しる 味噌汁 <small>だいこん</small> (大根・えのき) ぎゅうにゅう 牛乳	チキンカレーライス フレンチサラダ コンソメスープ 	ご飯 とりにく <small>とり</small> の鶏肉 <small>や</small> のレモン焼き コーンサラダ とうにゅう 豆乳 <small>とうにゅう</small> スープ	たかな <small>たかな</small> の高菜 <small>の</small> チャーハン バンバンジーサラダ とうふ <small>とうふ</small> のチゲスープ もも <small>もも</small> 桃ゼリー
9	10	11	12	13
ご飯 さけ <small>さけ</small> のもみじ焼き さんしよく <small>さんしよく</small> ひた三色お浸し きっかじ <small>きっかじ</small> 菊花汁 なし <small>なし</small> 梨 ぎゅうにゅう 牛乳 	ガバオライス はるさめ <small>はるさめ</small> とキャベツのサラダ ちゅうか <small>ちゅうか</small> 中華スープ	ご飯 チキンカツ ちぐさ <small>ちぐさ</small> あえ 干草和え みそ <small>みそ</small> しる 味噌汁 <small>(なす・ねぎ)</small>	ご飯 なまあ <small>なまあ</small> 生揚げ <small>ごもくに</small> の五目煮 ゆかり和え すまし <small>すまし</small> 汁 <small>だいこん</small> (大根・しめじ)	ちゃんぽん <small>ちゃんぽん</small> 麺 さつま <small>さつま</small> 芋 <small>いも</small> のマヨネーズ和え あん <small>あん</small> にんどう <small>にんどう</small> ふ 杏仁豆腐 ぎゅうにゅう 牛乳
16	17	18	19	20
けいろ <small>けいろ</small> ひ 敬老 <small>の</small> の日 	ご飯 さんま <small>さんま</small> の蒲焼き <small>かばや</small> からし <small>からし</small> 和え すまし <small>すまし</small> 汁 <small>(竜芋・かまぼこ)</small> ぎゅうにゅう 牛乳 	十五夜 パンプキンパン チキントマトシチュー グリーンサラダ りんご <small>りんご</small> ゼリー	ご飯 まーぼー <small>まーぼー</small> 豆腐 <small>とうふ</small> 麻婆豆腐 じゃこ <small>じゃこ</small> サラダ サムゲタン	ぶた <small>ぶた</small> たん 豚丼 おろし和え みそ <small>みそ</small> しる 味噌汁 <small>(さつま芋・ごぼう)</small> ぎゅうにゅう 牛乳
23	24	25	26	27
ぶつ <small>ぶつ</small> かえき <small>かえき</small> ひつ 振替休日 	ご飯 つく <small>つく</small> ね焼き ツナ和え とうにゅう 豆乳汁 ぎゅうにゅう 牛乳	けんちん <small>けんちん</small> 風うどん ひじき <small>ひじき</small> のお浸し だいがい <small>だいがい</small> も 大学芋	カレーピラフ ポテトサラダ ミネストローネスープ ぶどう 	ご飯 ぶた <small>ぶた</small> にく <small>にく</small> やながわ <small>やながわ</small> ふう 豚肉の柳川風 ごま和え みそ <small>みそ</small> しる 味噌汁 <small>(かぼちゃ・白菜)</small> ぎゅうにゅう 牛乳

30	ご飯 さわら <small>さわら</small> 鯖 <small>さば</small> のねぎみそ焼き のり和え じゃが芋 <small>いも</small> の甘辛煮 すまし <small>すまし</small> 汁 <small>(豆腐・わかめ)</small> ぎゅうにゅう 牛乳
----	--

- ☆ 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、スイカ、メロン)
- ☆ 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



	I補糖 -	たんぱく質	脂質	食塩相当量
小学部(低)	508Kcal	22.3g	18.7g	1.9g
小学部(高)	563Kcal	24.6g	20.3g	2.1g
中学部	672Kcal	29.0g	23.4g	2.6g



給食だより



令和6年9月
東京都立臨海青海特別支援学校

なが なつやす お がつき やす あ あたま いた なか
長い夏休みが終わり、2学期がはじまりました。休み明けは、頭が痛かったり、お腹が

いた 痛くなったり、だるい、イライラする、やる気がでないなど、いろいろな体の不調を感じること

おお しょくじ すいみん せいかつ ととの がつき げんき
が多くなります。食事や睡眠などの生活リズムを整え、2学期も元気にすごしましょう！



9月17日は「十五夜」です



じゅうごや ねん つき み ひ さとも しゅうかくじき
「十五夜」は1年でもっとも月がきれいに見える日です。ちょうど里芋の収穫時期でもあ
るため、「芋名月」とも呼ばれ、里芋をお供えしたりもします。

きゅうしょく さとも つか じる ていきょう
(給食では、里芋を使ったすまし汁を提供します。)

じゅうごや いね そだ ま こめ しゅうかく はじ つきみ じき
また、十五夜のころは稲が育ち、間もなくお米の収穫が始まるころです。お月見の時期に

そな しろ おぼな いなほ に こめ しゅうかく よろこ
「すすき」をお供えするのは、すすきの白い尾花が稲穂に似ているので、お米の収穫を喜び

かんしゃ いみ
感謝する意味もあるそうです。



行事食と農作物の収穫



じゅうごや にほん ぎょうじしょく いなさく ちゅうしん のうこう せいかつ こんてい
十五夜をはじめ、日本の行事食は稲作を中心とした農耕の生活が根底にあります。

のうさくもつ しゅうかく てんこう しぜん さゆう おお むかし ひとびと かみさま
農作物の収穫は天候などの自然に左右されることが多くあります。そこで昔の人々は神様

ちから か ぶ じ しゅうかく さくもつ そな かみさま よろこ とも
の力を借りて、無事に収穫できたときは作物をお供えし、神様と喜びを共にしていたそう

ことし がつ れいねん くら あめ すく つ ゆ はや あ がつ もうしょ
です。今年の7月は例年に比べて雨が少なく、梅雨が早く明けました。また、8月は猛暑

ひ つづ のうさくもつ しんばい てんこう つづ こめ やさい くだもの まい
の日が続き、農作物のことが心配になる天候が続いています。お米や野菜、果物などが毎

にちぶ じ た かんしゃ たいせつ しょくじ
日無事に食べられることに感謝して、大切に食事をするようにしたいですね。

がつきいこう きゅうしょく じどう せいと みな た さまざま しょくけいけん
2学期以降の給食も、児童・生徒の皆さんにおいしく食べてもらい、かつ様々な食経験が

くふう まいにち きゅうしょく たの
できるよう工夫してまいります。毎日の給食を楽しみにしていただきね！