



# こんだてひょう

令和7年度  
長崎県立虹の原特別支援学校

## \*4月の給食目標\*

たの 楽しく 給食を 食べよう!



## 4月 のおすすめ!旬の食べ物



月

火

水

木

金

8

9

10

11

☆今月の給食回数☆  
全14回  
(児童生徒の実質負担額  
1食285円です)  
※予定

しぎょう しき ちゅうにんしき  
始業式・着任式

にゅうがくしき  
入学式

はるやさいのソテー  
ミニりんごゼリー  
ハヤシライス  
いよいよ新年度の給食が始まります。  
たの楽しくおいしく味わってくださいね◎

ごもく きんぴら ホキの あおさフライ  
ごはん おいおい すましじる  
すまし汁には、入学・進級のお祝いの  
きもちをこめたかまぼこが入っています!

14 なのはなの ごまネズあえ ハンバーグ  
ごはん かぼちゃの みそじる

15 オレンジ さばのホイル焼き  
たけのこごはん さわにわん

16 ★小1給食開始★  
ハムサラダ  
カレーライス

17 にんじん ツナいため からあげ  
ごはん しんたまねぎの すましじる

18 マーボー豆腐  
ヨーグルト  
ごはん ちゅうか スープ

なのはな、はる、しゅんやさい  
菜の花は春が旬の野菜です。ビタミンが  
たっぷりて体の調子を整えてくれます◎

たけのこには、しよくもつ  
食物せんいがたっぷりて、  
お腹の中をきれいにしてくれますよ◎

にんき  
人気メニュー・カレーライス♪今日は  
ながさきけんさん  
長崎県産のとり肉を使ったチキカレー

しんたま  
新玉ねぎは、すいぶん、あま  
水分が多く、やわらかくて  
あまい旬の野菜。味わってみましょう◎

テンメンジャンやトウバンジャンを使う  
マーボー豆腐はごはんとも相性バッチリ◎

21 やさいと ウィナーの ぎゅうにく  
いためもの コロッケ  
ごはん (あじつけのり) なめこじる

22 ほしだいこんの てりやき  
にもの チキン  
ごはん あつあげの みそじる

23 さつまポテト  
ミートソース スパゲティ コンソメ スープ

24 しそひじきあえ  
ぶたどん とりごぼう じる

25 いんげんの あじの  
おかああげ マヨネズやき  
ごはん こんさいつくね  
みそじる

いた、もの、はる  
炒め物には、春キャベツを使います◎  
よかんて甘味を感じてみましょう◎

しる、ながさきけんさん  
みそ汁は、長崎県産の煮干しからとった  
だして作ります。みそはむきみそです◎

トマトを使ってじっくり煮込んだミート  
ソースも人気メニューのひとつです◎

ぶた肉やとり肉は、年間を通して主に  
ながさきけんさん  
長崎県産のものをつかっています◎

あじは長崎県でたくさんとれる魚です◎  
からだづく、たんぱく質を多く含みます◎

28 しおこんぶ さけの  
いため たったあげ  
むぎごはん にらたまじる

29 しょうわ  
昭和の日

30 パナナ マカロニグラタン  
コッペパン (いちごジャム) ポテト スープ

献立確認URLぜひご活用ください

右のQRコードを、お手持ちのスマートフォンのQR  
コードリーダーを使って読み取ると・・・  
毎日の献立・使用食材・分量・アレルギー情報を見る  
ことができます。  
気になった献立のレシピを、ご家庭の食事づくりに  
役立てていただけます◎  
学校IDを求められる場合は・・・  
「42-76500」と入力して下さい。

はる、しゅん  
春が旬のには、めんえきりよく  
疲れをとってくれる働きがあります◎

グラタンはホワイトソースから作ります!  
チーズもたっぷりのせますよ◎

※給食では、マヨネズ、タルタルソース、食肉加工品、練り製品は、  
卵不使用のものを使用しています。