

令和7年

3月分献立表

東京都立七生特別支援学校

月	火	水	木	金
3日	4日	5日	6日	7日
牛乳 鮭ちらし寿司 お浸し すまし汁 りんごゼリー  桃の節句	牛乳 ソース焼きそば ☆ 鉄骨サラダ ☆ 大根のスープ 	牛乳 ご飯 魚の辛味焼き しらす和え 豚汁 △☆ フルーツポンチ △ 	牛乳 ダイスチーズパン △ スパニッシュオムレツ △ ビーンズサラダ コンソメスープ 	牛乳 ドライカレーライス 小松菜のスープ 果物（オレンジ） ○ 
エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 624kcal 26.5g	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 605kcal 28.9g	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 702kcal 35.2g	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 632kcal 32.5g	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 671kcal 26.4g
10日	11日	12日	13日	14日
牛乳 ご飯 照り焼きハンバーグ ☆ ベーコンサラダ ☆ 根菜の味噌汁 いちごミルクゼリー 	牛乳 ご飯 モチコチキン △ 海藻サラダ 野菜スープ 	牛乳 和風ツナスパゲッティ 小松菜サラダ 桃のヨーグルト 	牛乳 梅若ご飯 魚の香味焼き すりごま和え 真だくさんみそ汁 △ 	牛乳 ごはん ジャンボ餃子 ☆ 胡麻だれサラダ わかめスープ ☆ 
エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 738kcal 31.9g	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 695kcal 30.9g	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 668kcal 30.6g	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 634kcal 32.3g	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 712kcal 26.7g
17日	18日	19日	20日	21日
コーヒー牛乳 フルーツサンド ☆ ポークビーンズ わかめのサラダ 	ジョア 赤飯 魚の照り焼き さつまいものきんぴら みそ汁  高3給食最終日	高等部卒業式 	春分の日 	牛乳 ご飯 すき焼き風煮込み みそ汁 果物 
エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 749kcal 29.6g	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 693kcal 30.2g			エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 698kcal 36.3g

※天候等の理由により、使用食材や献立を変更することがあります。

※柑橘系の果物は、グレープフルーツ系の柑橘以外のものを提供します。

◎エネルギーとたんぱく質は中学部、高等部の値です。小学部低学年（1・2・3年）は70%、高学年（4・5・6年）は85%です。



★桃の節句の献立★

ひな人形や桃の花をかざり、
女の子の健やかな成長をお祝い
する行事です。給食では「鮭ち
らし寿司」の献立です。



春の行事と行事食

3月3日 ひなまつり  はまぐりの湯汁 ひしもち	3月20日 春分の日 (春のお彼岸)  ぼたもち	桜開花の日 お花見  花見団子 行事弁当
--	--	--

小学部6年生、中学部3年生、高等部3年生に、アンケートをとりました。

みなさん、卒業までにもう一度食べたいメニューを、たくさん考えてくれま
した。1月～3月の給食にリクエストを取り入れています。

【○】が小6、【△】が中3、【☆】が高3

のリクエストメニューです。

