

4月 給食たより

東京都立七生特別支援学校長
黒澤 一慶

ご入学・ご進級おめでとうございます

春のやわらかな日差しが心地よい季節となりました。今年度も、毎日の給食時間が心待ちになるような、おいしく魅力ある給食作りに努めていきたいと思ひます。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願ひいたします。

◆学校給食について◆

【食材】

国産の旬の食材を中心に使用します。多摩地域の野菜を取り入れています。



【栄養】

成長期に必要な栄養をとれるよう摂取基準をもとに献立作成を行います。



【献立】

和食、郷土料理、季節の行事食、世界の料理などを提供します。牛乳は毎日提供します。



【調理・衛生管理】

乳製品と果物以外は加熱調理を基本としています。衛生には細心の注意を払います。



◆アレルギー対応献立表について◆

本校の給食で、食物アレルギー対応を行う方には使用食材や対応内容を記載した「アレルギー対応献立表」を配布します。対象者以外で御希望がある場合は、担任を通じて栄養士までご連絡ください。

4月の献立から料理を紹介

白身魚のパン粉焼き

【材料 5人分】

白身魚	5切れ
こしょう	少々
小麦粉	大さじ3
たまご	1個
生パン粉	1カップ
乾燥パセリ	少々
サラダ油	適量
ケチャップ	大さじ2と1/2
中濃ソース	大さじ1と1/2
赤ワイン	小さじ2
三温糖	小さじ1

①

【作り方】

- ①魚にこしょうの下味をつける。
- ②小麦粉とたまごをよく混ぜ、魚をくぐらせる。パセリとパン粉をまぶしてからフライパンで両面しっかりと焼く。
- ③ケチャップからの調味料を加熱して②にかける。

※参考文献・引用・イラスト：雑誌 【学校給食 2026年3月号】
いらすとや

給食では「ホキ」という種類の白身魚を使用しています。