

令和4年4月 献立使用材料予定表（訂正版）

横浜市立上菅田特別支援学校

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
食育の日の献立				
<p>「19日は食育の日」</p> <p>毎月19日は、「食育の日」です。食育とは、いろいろな経験を通して「食」に関する知識と「食」を選択する力を身につけることです。自らの健康を考えた食生活が、実践できる人を育てる食の教育です。食育の日には、献立を見て食べて、献立の組み合わせや季節の食品を覚えたり、みんなでおいしさを味わったりします。</p>		<p>☆献立について</p> <p>○入学進級を祝う献立を取り入れました。（さくらごはん） ○春を感じられるように、旬の食材を取り入れました。（さわら・清見オレンジ・キャベツ・みつば・たけのこ） ○初めて給食を経験する新入生が、食べやすく親しみやすい献立を取り入れました。（ポークカレー・ペンネミートソースなど）</p>		<p>小学部1年生は15日からの給食になります。</p>
献立表の見方		12	13	14
日にち		給食には色々な食品がつかわれていることを知る	ごはんの種類や栄養について知る	じゃがいもの旬について知る
献立のねらい		ごはん 精白米 豆腐 油揚げ だいこん にんじん けんちん汁 ごぼう ねぎ こんにゃく ごま油	はいがごはん はいが米 鶏肉 はるさめ キャベツ もやし にんじん たら ごま油 はるさめスープ にんじん たら ごま油	丸パン 鶏肉 ウインナー キャベツ たまねぎ にんじん パセリ ポトフ じゃがいも
献立名 体内での働きのある材料 熱や力のもとになる：黄 体をつくるのもとになる：赤 体の調子を整える：緑 の3種類を記載しています。		肉じゃが 豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん しらたき 米油 砂糖 さやえんどう	麻婆豆腐 豆腐 豚肉 にんじん ねぎ しょうが にんにく 米油 砂糖 みそ てんぷん トウバンジャン テンメンジャン ごま油	ハンバーグトマトソース 豚肉 鶏肉 たまねぎ トマト(缶) たまねぎ にんにく 米油
		牛乳	牛乳	牛乳
18	19	20	21	22
入学・進級を祝う献立を味わう	食育の日	たけのこについて知る	パースデーメニュー	楽しく給食を味わう
さくらごはん 精白米 さくら塩漬け 豚肉 ごぼう みずな にんじん さやえんどう もやし しょうが てんぷん 沢煮椀 さわらの野菜あんかけ さわら にんじん たまねぎ しょうが 砂糖 てんぷん	ぶどうパン キャベツ コーン(缶) きゅうり たまねぎ 砂糖 米油 コーンサラダ ペンネ 豚肉 たまねぎ トマト(缶) にんじん セロリー パセリ	ごはん 精白米 磯香あえ キャベツ きざみのり 生揚げのそぼろ煮 生揚げ 砂糖 豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん しょうが 米油 てんぷん	黒パン 鶏肉 じゃがいも たまねぎ にんじん 米油 牛乳 豆乳 バター 米粉 ひじきサラダ キャベツ コーン(缶) にんじん ひじき ごま 米油 ごま油 砂糖 みかんゼリー みかんジュース アガー 砂糖	麦ごはん 精白米 米粒麦 みそ汁 キャベツ たまねぎ こまつな みそ 変わり五目豆 だいず(水煮) 豚肉 凍り豆腐 じゃがいも 米油 にんじん ビーマン 砂糖 こんにゃく
25	26	27	28	29
旬の食品(うど)を味わう	外国料理	季節の食品(みつば)の名前の由来について知る	給食に牛乳がでる理由を知る	旬の食品(ひじき)について知る
はいがごはん はいが米 酢みそあえ キャベツ にんじん うど 砂糖 甘みそ 豚汁 かわいいしょうがあんかけ かわいいしょうが だいこん ごぼう にんじん こまつな 砂糖 てんぷん	麦ごはん 精白米 米粒麦 ナムル もやし きゅうり ごま油 砂糖 ごま チャップチェ 豚肉 キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ(水煮) ビーマン 赤ビーマン にんにく はるさめ ごま油 てんぷん	麦ごはん 精白米 米粒麦 親子煮 鶏卵 鶏肉 凍り豆腐 じゃがいも たまねぎ にんじん 糸みつば 米油 砂糖 みそ汁 油揚げ キャベツ こまつな みそ 黒みつかん 含蜜糖 寒天	非常食体験 	昭和の日