

# 令和4年5月 献立使用材料予定表

横浜市立上菅田特別支援学校

月曜日 2	火曜日 3	水曜日 4	木曜日 5	金曜日 6
こどもの日を祝う献立について知る	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	抹茶について知る
<b>はいがごはん</b> はいが米 <b>鶏肉と野菜の煮物</b> 鶏肉 うずら卵(缶) いか ジャがいも たけのこ にんじん ごぼう <b>五目ずしの具</b> 油揚げ 凍り豆腐 にんじん かんぴょう さやえんどう ごま 砂糖 <b>もずく汁</b> もずく 豆腐 ねぎ しょうが <b>牛乳</b>				<b>ごはん</b> 精白米 <b>からししょうゆあえ</b> もやし こまつな <b>生揚げのそぼろ煮</b> 生揚げ 砂糖 豚肉 ジャがいも たまねぎ にんじん しょうが <b>抹茶ミルクゼリー</b> 牛乳 抹茶 砂糖 アガー <b>牛乳</b>
だしについて知る	柑橘類について知る	旬の食品(そら豆)について知る	旬の食品(アスパラガス)について知る	インドネシアの料理を味わう
<b>はいがごはん</b> はいが米 <b>すまし汁</b> 豆腐 ねぎ こまつな えのきたけ <b>肉じゃが</b> 豚肉 ジャがいも たまねぎ にんじん しらたき 米油 砂糖 さやえんどう <b>牛乳</b>	<b>麦ごはん</b> 精白米 米粒麦 <b>中華スープ</b> 鶏肉 もやし たまねぎ キャベツ にら ごま油 <b>麻婆豆腐</b> 豆腐 豚肉 ねぎ にんじん しょうが にんにく 米油 砂糖 てんぷん トウバンジャン テンメンジャン <b>カラマンダリン</b> ※温州みかんとキングマンダリンを 掛け合わせた柑橘です <b>牛乳</b>	<b>わかめごはん</b> 精白米 わかめ <b>ゆでそらまめ</b> そらまめ <b>かれいの野菜あんかけ</b> にんにく 米油 砂糖 えのきたけ しょうが 砂糖 <b>豚汁</b> 豆腐 豚肉 ジャがいも だいこん にんじん ごぼう ねぎ こまつな <b>牛乳</b>	<b>黒パン</b> アスパラガスのソテー アスパラガス コーン(缶) <b>マカロニのクリーム煮</b> マカロニ 鶏肉 たまねぎ にんじん パセリ 米油 小麦粉 バター 豆乳 牛乳 脱脂粉乳 粉チーズ <b>牛乳</b>	<b>はいがごはん</b> はいが米 <b>ソトアヤム</b> トマト 鶏肉 ジャがいも キャベツ もやし うずら卵(缶) はるさめ <b>ナシゴレンの具</b> にんにく しょうが チキンフイヨン パイナップル(缶) ライスアップル(缶) <b>牛乳</b>
16	17	18	19 食育の日	20
ベ이스ターズ青星寮カレーを味わい、地元横浜に愛着をもつ	旬の食品(キャベツ)について知る	旬の食品(グリーンピース)を味わう	地産産の野菜について知る	あげパンは給食室で調理していることを知る
<b>ごはん</b> 精白米 <b>ベ이스ターズ青星寮カレー</b> 豚肉 たまねぎ にんじん しょうが にんにく 米油 小麦粉 マーガリン 砂糖 <b>プルーンはっこう乳</b>	<b>ぶどうパン</b> <b>ミネストローネ</b> ベーコン ジャがいも たまねぎ トマト(缶) にんじん いんげん豆 にんにく トマトピューレ <b>スパゲティ</b> スパゲティ 鶏肉 アスパラガス キャベツ たまねぎ にんにく オリーブ油 <b>牛乳</b>	<b>グリーンピースごはん</b> 精白米 グリーンピース <b>かきたま汁</b> 豆腐 鶏卵 こまつな ねぎ えのきたけ <b>うま煮</b> 鶏肉 がんもどき 凍り豆腐 ごぼう にんじん たけのこ こんにゃく 米油 砂糖 <b>メロン</b> <b>牛乳</b>	<b>五穀ごはん</b> 精白米 もちぎび もちあわ ひえ 押麦 黒米 <b>さわらの西京焼き</b> さわら みそ 砂糖 <b>磯香あえ</b> キャベツ こまつな きざみのり キャベツ こまつな きざみのり <b>沢煮椀</b> 豚肉 ごぼう ねぎ にんじん みずな えのきたけ しょうが てんぷん <b>牛乳</b>	<b>あげパン</b> パン 米油 グラニュー糖 砂糖 豚肉 うずら卵(缶) むきえび いか たまねぎ キャベツ にんじん ねぎ <b>蒸ししゅうまい</b> しゅうまいの皮(小麦粉) 豚肉 米油 たまねぎ しょうが パン粉 ごま油 <b>牛乳</b>
23	24	25	26	27 H31.5
栄養バランスのよい食事について知る	横浜開港と関わりのある深い料理について知る	主食・主菜・副菜について知る	さつき汁の名前の由来について知る	たまねぎの収穫時期について知る
<b>麦ごはん</b> 精白米 米粒麦 <b>変わり五目豆</b> だいず 豚肉 凍り豆腐 ジャがいも 米油 にんじん ビーマン 砂糖 こんにゃく <b>牛乳</b>	<b>ロールパン</b> <b>中華風コーンスープ</b> 鶏卵 たまねぎ にんじん コーン(缶) こまつな ごま油 てんぷん <b>塩焼きそば</b> 中華めん 米油 豚肉 むきえび いか キャベツ ねぎ にんじん たけのこ にら しょうが にんにく ごま油 砂糖 <b>豆乳ゼリー</b> 豆乳 砂糖 アガー 含蜜糖 <b>牛乳</b>	<b>麦ごはん</b> 精白米 米粒麦 <b>さばのみそ煮</b> さば しょうが みそ 砂糖 <b>けんちん汁</b> 豆腐 油揚げ だいこん にんじん ごぼう ねぎ ごま油 <b>牛乳</b>	<b>はいがごはん</b> はいが米 <b>黒みつかん</b> 含蜜糖 寒天 <b>親子煮</b> 鶏卵 鶏肉 凍り豆腐 ジャがいも たまねぎ にんじん 糸みつば 砂糖 てんぷん <b>さつき汁</b> 豆腐 ねぎ さやえんどう たけのこ わかめ <b>牛乳</b>	<b>麦ごはん</b> 精白米 米粒麦 <b>ハンバーグ</b> おろしたまねぎソース にんにく 砂糖 ごま油 てんぷん ツナとジャがいもの炒め物 まぐろ(油揚げ) ジャがいも パセリ 米油 <b>みそ汁</b> 油揚げ キャベツ にんじん 鶏肉 豚肉 パン粉 たまねぎ えのきたけ みそ <b>牛乳</b>
30	31 パースデーメニュー	<div style="text-align: center;">  <p>☆献立について</p> <p>○こどもの日にちなみ、行事食として「五目ずし」を取り入れました。 ○初夏の季節を感じられるように、旬の食品を多く取り入れました。 (わかめ・もずく・グリーンピース・さやえんどう・さやいんげん・キャベツ・アスパラガス・ごぼう・メロンなど)</p>  </div>		
豚肉の栄養について知る	横浜にゆかりのある食べ物について知る	<div style="text-align: center;">  <p>☆今月のはま菜ちゃん</p> <p>「キャベツ」</p> <p>この1品については横浜市内産のものを使用する予定です。内田農園さんより購入しますが、天候等によっては市内産以外のものがある場合がありますので、ご了承ください。</p> </div>		
<b>はいがごはん</b> はいが米 <b>豚丼の具</b> 豚肉 たまねぎ にんじん こまつな しらたき 米油 砂糖 しょうが <b>牛乳</b>	<b>食パン</b> <b>横浜開港菜のサラダ</b> キャベツ アスパラガス さやえんどう トマト たまねぎ にんにく オリーブ油 <b>カレー</b> 豚肉 だいず(水煮) ジャがいも たまねぎ にんじん にんにく 米油 小麦粉 マーガリン <b>アイスクリーム</b> 砂糖 (卵を含みません) <b>牛乳</b>			