

# 令和5年4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	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
<p>小学部1年生は 17日からの 給食になります。</p>	<p><b>献立表の見方</b></p> <p>日にち</p> <p>献立のねらい</p> <p><b>献立名</b> 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。</p> <p>調味料など、 詳細を知りたい方 は個別にご相談 ください。</p>	<p>12</p> <p>給食には色々な食品がつかわれていることを知る</p> <p>ごはん けんちん汁 精白米 豆腐 油揚げ だいこん にんじん ごぼう ねぎ こんにやく ごま油</p> <p>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</p> <p>牛乳</p>	<p>13</p> <p>ごはんの種類や栄養について知る</p> <p>はいがごはん はるさめスープ 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</p> <p>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 でんぶ トウバンジャン テンメンジャン ごま油</p> <p>牛乳</p>	<p>14</p> <p>じゃがいもの旬について知る</p> <p>丸パン ポトフ 鶏肉 ウインナー キャベツ たまねぎ にんじん パセリ じゃがいも</p> <p>ハンバーグトマトソース 豚肉 鶏肉 たまねぎ トマトピューレ たまねぎ にんにく 米油</p> <p>牛乳</p>	
	17 小1給食開始	18 食育の日	19	20	
	楽しく給食を味わう	旬の食品（さわら）について知る	パンの食べ方について知る	たけのこについて知る	旬の食品（ひじき）について知る
	<p>麦ごはん 粕煮椀 精白米 米粒麦 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 でんぶ</p> <p>ポークカレー 甘酢あえ 豚肉 じゃがいも たまねぎ 切干しだいこん きゅうり にんじん しょうが にんにく 米油 にんじん 砂糖</p> <p>小麦粉 マーガリン 牛乳</p>	<p>ごはん 沢煮椀 精白米 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 でんぶ</p> <p>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 でんぶ</p> <p>牛乳</p>	<p>ぶどうパン コーンサラダ キャベツ コーン(缶) きゅうり たまねぎ 砂糖 米油</p> <p>ペンネミートソース 清見オレンジ ペンネ 豚肉 たまねぎ トマト(缶) にんじん セロリー パセリ トマトピューレ にんにく 米油</p> <p>牛乳</p>	<p>ごはん 磯香あえ 精白米 キャベツ きざみのり</p> <p>生揚げのそぼろ煮 若竹汁 生揚げ 砂糖 豚肉 ねぎ たけのこ(水煮) わかめ じゃがいも たまねぎ にんじん しょうが 米油 でんぶ</p> <p>牛乳</p>	<p>麦ごはん みそ汁 精白米 米粒麦 キャベツ たまねぎ こまつな みそ</p> <p>変わり五目豆 ひじきのつくだ煮 だいず(水煮) 豚肉 凍り豆腐 じゃがいも ひじき 砂糖 ごま油 米油 にんじん ビーマン 砂糖 こんにやく</p> <p>牛乳</p>
24	25 パースデーメニュー	26 外国料理	27	28	
旬の食品（うど）を味わう	給食に牛乳がでる理由を知る	韓国料理について知る	チリコンカンの名前の由来について知る	季節の食品（みつば）の名前の由来について知る	
<p>はいがごはん 酢みそあえ はいが米 キャベツ にんじん うど 砂糖 甘みそ</p> <p>豚汁 かわいいのしょうがあんかけ 豚肉 豆腐 じゃがいも 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 でんぶ ねぎ こんにやく みそ</p> <p>牛乳</p>	<p>黒パン 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</p> <p>米粉シチュー みかんゼリー 鶏肉 じゃがいも たまねぎ みかんジュース にんじん 米油 牛乳 豆乳 アガー 砂糖</p> <p>バター 米粉 牛乳</p>	<p>麦ごはん ナムル 精白米 米粒麦 もやし きゅうり ごま油 砂糖 ごま</p> <p>チャプチェ わかめスープ 豚肉 キャベツ たまねぎ にんじん 豆腐 ねぎ えのきたけ たけのこ(水煮) ビーマン 赤ビーマン わかめ にんにく はるさめ ごま油 でんぶ</p> <p>牛乳</p>	<p>食パン わかめサラダ キャベツ きゅうり わかめ ごま 砂糖 ちりめんじゃこ ごま油</p> <p>チリコンカン 豚肉 だいず たまねぎ トマト(缶) にんじん マカロニ にんにく 米油 小麦粉 チリパウダー プルーンはっこう乳</p>	<p>麦ごはん みそ汁 精白米 米粒麦 油揚げ キャベツ こまつな みそ</p> <p>親子煮 黒みつかん 鶏卵 鶏肉 凍り豆腐 じゃがいも 含蜜糖 寒天 たまねぎ にんじん 糸みつば</p> <p>米油 砂糖 牛乳</p>	
<p>☆献立について</p> <p>○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)</p> <p>○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>「食育の日」</p> <p>本校では主食・主菜・副菜・汁物がそろった和食献立や地場産物を使用した献立、季節の食材をつかった献立などを中心に取り入れています。</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。食育の日前後には、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>				