

令和5年6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	
☆献立について ○開港記念日にちなみ、横浜と関わりの深い中国の献立を取り入れました。(八宝菜・回鍋肉) ○外国料理として、エジプト料理・フランス料理を取り入れました。(シャクシューカ、モロヘイヤスープ・ラタトゥイユ) ○高等部のE・F・Gグループに皮をむいてもらったとうもろこしをつかいます。(16・27日) ※皮むきは前日に行います		☆今月のはま菜ちゃん 「キャベツ・たまねぎ・じゃがいも」 この2品については横浜市内産のものを内田農園さんより購入し、使用する予定です。	1 小34遠足	2	
横浜と関わりの深い献立について知る		開港記念日			
はいがごはん 八宝菜 豚肉 うずら卵(缶) おきえび いか キャベツ たまねぎ にんじん チンゲンサイ しょうが 米油 砂糖 てんぶん ごま油		中華スープ 鶏肉 もやし にんじん にはら しめじ ごま油 もも(缶) もも(缶詰) 牛乳			
5	6 中1遠足	7 高1遠足	8	9	
ごぼうの旬について知る		どうがんにについて知る		ちりめんじゃこについて知る	
はいがごはん はいが米 とりごぼうごはんの具 鶏肉 油揚げ ごぼう さやいんげん ごま 砂糖 米油	じゃがいものそばろ煮 豚肉 じゃがいも にんじん しょうが 砂糖 米油 てんぶん みそ汁 キャベツ たまねぎ みそ	麦ごはん 精白米 米粒麦 ごま酢あえ キャベツ にんじん ごま 砂糖	食パン クリームスープ 鶏肉 コーン(缶) キャベツ じゃがいも たまねぎ パセリ 牛乳 豆乳 脱脂粉乳	麦ごはん 精白米 米粒麦 だいずとじゃこの炒り煮 だいず(水煮) てんぶん 米油 ちりめんじゃこ ごま 砂糖	
銀だらの西京焼き 銀だら みそ 砂糖		とうがんのすまし汁 鶏肉 どうがん にんじん ねぎ こまつな しょうが		変わりきんぴら 豚肉 じゃがいも にんじん ごぼう つきこんにやく 米油 砂糖	
12	13	14	15	16	
回鍋肉の名前の由来を知る		日本の伝統的な食品(梅干し)について知る		横浜(保土ヶ谷区)で採れる野菜について知る	
はいがごはん はいが米 回鍋肉 豚肉 キャベツ ねぎ 赤ピーマン ピーマン しょうが にんにく 米油 みそ てんぶん トウバンジャン テンメンジャン	たまごとトマトのスープ 鶏卵 豆腐 トマト たまねぎ しょうが てんぶん 豆乳ゼリー 豆乳 砂糖 アガー 含みつ糖	ソフトフランス 小麦粉 卵 砂糖 塩	ミネストローネ ウインナー じゃがいも たまねぎ トマト(缶) トマトピューレ にんじん 和風スパゲティ スパゲティ 鶏肉 キャベツ ねぎ いんげん にんにく オリーブ油 手作りブルーベリージャム ブルーベリー 砂糖 レモン果汁 アガー いんげん にんにく 米油 バター	ごはんと梅肉あえ 精白米 きゅうり 梅干しベースト だいずと鶏肉のうま煮 だいず(水煮) 鶏肉 うずら卵(缶) にんじん 切り干しだいこん わかめ 油揚げ たけのこ こんにやく じゃがいも 砂糖 しょうが	黒パン コーンソテー キャベツ とうもろこし にんじん 米油 マカロニのクリーム煮 マカロニ 鶏肉 たまねぎ プルーンの甘煮 ドライプルーン
牛乳		牛乳		牛乳	
19	20	21	22	23	
韓国料理について知る		旬の食品(メロン)について知る		小6中3高3修学旅行	
はいがごはん はいが米 ビビンバ(肉) 牛肉 ねぎ しょうが にんにく コチジャン 砂糖 韓国風のりふりかけ きざみのり ごま油	ピビンバ(野菜) もやし にはら にんじん ごま油 にんにく ごま わかめスープ わかめ 豆腐 ねぎ えのきたけ ごま油	サンドパン 小麦粉 卵 砂糖 塩 コロツケ じゃがいも 豚肉 パン粉 たまねぎ 米油	ポトフ 豚肉 ウインナー キャベツ たまねぎ にんじん パセリ メロン 牛乳	小6中3高3修学旅行	
牛乳		牛乳		牛乳	
26	27	28	29	30	
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		日本の伝統的な食品(納豆)について知る		海そうの栄養について知る	
ごはん 精白米 ベ이스ターズ青星寮カレー 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	ごま酢あえ キャベツ にんじん ごま 砂糖 野菜スープ 豚肉 とうもろこし じゃがいも たまねぎ にんじん ラタトゥイユ なす スツキーニ たまねぎ トマト(缶) 赤ピーマン 黄ピーマン セロリー にんにく さけのパン粉焼き さけ パン粉 オリーブ油 にんにく こねぎ パセリ 粉チーズ	麦ごはん 精白米 米粒麦 けんちん汁 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 納豆 豚肉 にんじん 切り干しだいこん たまねぎ こまつな 米油 砂糖	はいがごはん はいが米 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 ピーマン こんにやく 砂糖	のりのつくだ煮 きざみのり 砂糖 すまし汁 豆腐 ねぎ こまつな えのきたけ 牛乳	
プルーンはっこう乳		牛乳		牛乳	
すいかについて知る		すいかについて知る		すいかについて知る	
ロールパン 小麦粉 卵 砂糖 塩		たまごスープ 鶏卵 豚肉 たまねぎ こまつな てんぶん 小玉すいか 牛乳		牛乳	