

令和5年12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>☆献立について</p>  <p>○体が温まる献立を多くとりいれました。 (マカロニのクリーム煮、たらちり、豚汁、呉汁など) ○22日の冬至にちなんでかぼちゃをつかった献立を取り入れました。 (かぼちゃのそぼろあんかけ) ○郷土料理として山梨県の料理を取り入れました。 (ほうとう)</p>	<p>☆今月のはま菜ちゃん</p>  <p>キャベツ・だいこん にんじん・ねぎ</p> <p>この4品については横浜市内産の ものを使用する予定です。 内田農園さんから購入予定です。</p>	<p>お知らせ</p> <p>冬休み明けの給食は 1月11日(木)からです。</p> 	<p>寒天について知る</p> <p>ごはん 精白米</p> <p>みそ汁 油揚げ だいこん ほうれんそう みそ</p> <p>親子煮 鶏卵 鶏肉 凍り豆腐 じゃがいも たまねぎ にんじん</p> <p>黒みつかん 含蜜糖 寒天</p> <p>牛乳 砂糖 てんぶん</p>	
4	5 国際理解	6	7 高休業日	8
旬の食品(みずな)について知る	姉妹都市リヨン市(フランス)の料理を知る	きんぴらの由来について知る	旬の食材(こまつな)について知る	とろみのある料理は冷めにくいことを知る
<p>はいがごはん 磯香あえ</p> <p>はいが米 キャベツ こまつな きざみのり</p> <p>鶏肉とだいの煮物 沢煮椀</p> <p>だいち 鶏肉 凍り豆腐 にんじん 豚肉 ごぼう にんじん だいこん さといも こんにやく しょうが みずな しょうが てんぶん 砂糖</p> <p>牛乳</p>	<p>ソフトフランス ポテトリヨネーズ</p> <p>ベーコン ジャがいも たまねぎ にんにく パセリ オリーブ油</p> <p>りんごジャム</p> <p>オニオングラタン風スープ</p> <p>豚肉のソテー</p> <p>豚肉 オリーブ油 レモン果汁</p> <p>食パン オリーブ油 粉チーズ</p>	<p>麦ごはん だいちの磯煮</p> <p>精白米 米粒麦 だいち(水煮) 凍り豆腐 にんじん 油揚げ ひじき ごま 米油 砂糖</p> <p>変わりきんぴら かきたま汁</p> <p>豚肉 ジャがいも にんじん 豆腐 鶏卵 ねぎ ごぼう つきこんにやく こまつな てんぶん 米油 砂糖</p> <p>牛乳</p>	<p>ごはん ツナとこまつなの炒め物</p> <p>精白米 まぐろ油漬 キャベツ こまつな 米油</p> <p>肉じゃが すまし汁</p> <p>豚肉 ジャがいも たまねぎ 豆腐 ねぎ だいこん にんじん こんにやく</p> <p>牛乳</p>	<p>黒パン ビーンズサラダ</p> <p>いんげん豆 だいち 枝豆 コーン(缶) にんじん たまねぎ 砂糖 米油</p> <p>マカロニのクリーム煮 プルーンの甘煮</p> <p>マカロニ 鶏肉 たまねぎ ドライプルーン</p> <p>牛乳 豆乳 脱脂分乳 粉チーズ</p> <p>牛乳</p>
11	12	13	14	15
五穀米を味わう	根菜類の栄養とはたらきについて知る	旬の食品(りんご)の栄養について知る	たらちりを味わう	旬の食品(ブロッコリー)について知る
<p>五穀ごはん ごま酢あえ</p> <p>精白米 きび もちあわ にんじん 切り干しだいこん 麦 ひえ 黒米 ごま 砂糖</p> <p>シーフードカレー</p> <p>鶏肉 えび いか ジャがいも 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</p> <p>プルーンはっこう乳</p>	<p>はいがごはん みそ汁</p> <p>はいが米 油揚げ ジャがいも たまねぎ みそ</p> <p>豚肉とだいの煮物 こんぶのつくだ煮</p> <p>豚肉 うずら卵(缶) だいこん 糸こんぶ ごま 砂糖 にんじん しょうが こんにやく</p> <p>牛乳</p>	<p>食パン ジャがいものクリーム煮</p> <p>ジャがいも たまねぎ パセリ 米油 牛乳 チーズ</p> <p>チリコンカン りんごコンポート</p> <p>豚肉 だいち たまねぎ にんじん りんご 砂糖 にんにく 米油 小麦粉 レモン果汁 トマト(缶)</p> <p>牛乳</p>	<p>麦ごはん さといものそぼろ煮</p> <p>精白米 米粒麦 さといも 豚肉 しょうが 砂糖 てんぶん</p> <p>たらちり ふりかけ</p> <p>豆腐 たら 鶏肉 はくさい ねぎ こまつな ちりめんじゃこ ごま にんじん しらたき ゆず(果汁) ごま油</p> <p>牛乳</p>	<p>はいがごはん たまごスープ</p> <p>はいが米 鶏卵 ブロッコリー たまねぎ しょうが てんぶん</p> <p>麻婆豆腐</p> <p>豆腐 豚肉 にんじん ねぎ しょうが にんにく 米油 ごま油 てんぶん みそ テンメンジャン トウバンジャン</p> <p>牛乳</p>
18	19 食育の日	20 郷土料理	21 パースデーメニュー	22
みかんについて知る	旬の食品(ゆず)を味わう	山梨県の郷土料理について知る	タンドリーチキンを味わう	冬至にちなんだ食品(かぼちゃ)について知る
<p>ぶどうパン 野菜スープ</p> <p>豚肉 キャベツ コーン(缶) じゃがいも たまねぎ</p> <p>鶏肉とこまつなのスパゲティ みかん(缶)</p> <p>スパゲティ 鶏肉 たまねぎ こまつな しめじ にんにく オリーブ油</p> <p>牛乳</p>	<p>はいがごはん 煮豆</p> <p>はいが米 いんげん豆 砂糖</p> <p>さばのゆずみそかけ けんちん汁</p> <p>さば ゆず みそ 砂糖 豆腐 油揚げ だいこん にんじん てんぶん しめじ ごぼう ねぎ こんにやく ごま油</p> <p>牛乳</p>	<p>麦ごはん ほうとう</p> <p>精白米 米粒麦 ほうとう 豚肉 油揚げ かぼちゃ にんじん しめじ ねぎ みそ</p> <p>凍り豆腐の炒り煮 ごまあえ</p> <p>凍り豆腐 豚肉 にんじん ねぎ 米油 砂糖</p> <p>牛乳</p>	<p>丸パン トマトスープ</p> <p>タンドリーチキン ウイナー キャベツ たまねぎ 鶏肉 にんにく ヨーグルト にんじん ジャがいも トマト(缶) にんにく トマトピューレ オリーブ油</p> <p>ミルクゼリーいちごソース</p> <p>牛乳 生クリーム 脱脂粉乳 砂糖 アガー いちごジャム レモン果汁</p> <p>牛乳</p>	<p>ごはん かぼちゃのそぼろあんかけ</p> <p>精白米 かぼちゃ 豚肉 しょうが 砂糖 てんぶん</p> <p>鮭の塩焼き 呉汁</p> <p>鮭 だいち だいこん 油揚げ こまつな ねぎ にんじん ごぼう みそ</p> <p>牛乳</p>