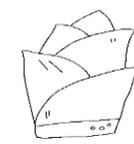


# 令和5年5月 献立使用材料予定表

横浜市立上菅田特別支援学校

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日		
1	2	3	4	5		
抹茶について知る	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		
ごはん 精白米 生揚げのそぼろ煮 生揚げ 砂糖 豚肉 ジャがいも たまねぎ にんじん しょうが 米油 でんぶん 牛乳	はいがごはん はいが米 鶏肉と野菜の煮物 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 五目ずしの具 こんにやく 砂糖 油揚げ 凍り豆腐 にんじん かんぴょう もずく汁 もずく 豆腐 ねぎ しょうが 牛乳					
8	9	10	11	12 小56中3高3校内宿泊		
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		
はいがごはん はいが米 肉じゃが 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 牛乳	すまし汁 豆腐 ねぎ こまつな えのきたけ だいずとじゃこの炒り煮 だいず(水煮) でんぶん 牛乳	麦ごはん 精白米 米粒麦 中華スープ 鶏肉 もやし たまねぎ キャベツ にら ごま油 カラマングリン 豆腐 豚肉 ねぎ にんじん しょうが ※温州みかんとキングマングリンを にんにく 米油 砂糖 みそ ごま油 てんぶん トウバンジャン テンメンジャン 牛乳	わかめごはん 精白米 わかめ ゆでそらまめ そらまめ かれいの 野菜あんかけ にんじん みずな えのきたけ しょうが 砂糖 牛乳	豚汁 豚肉 ジャがいも だいこん みそ 牛乳	黒パン アスパラガスのソテー アスパラガス コーン(缶) キャベツ にんじん 米油 プルーンの甘煮 ドライプルーン 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 牛乳	はいがごはん はいが米 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 ナシゴレンの具 にんにく しょうが チキンブイヨン おきえび たまねぎ にんじん パセリ パイナップル(缶) にんにく しょうが 米油 牛乳
15	16	17	18	19 食育の日		
あげパンは給食室で調理していることを知る	旬の食品(グリーンピース)を味わう	カレーにはっこう乳が ついている理由について知る	旬の食品(キャベツ)について知る	地場産の野菜について知る		
あげパン パン 米油 グラニュー糖 砂糖 タイピーエン 豚肉 うずら卵(缶) おきえび いか たまねぎ キャベツ にんじん ねぎ 蒸ししゅうまい はるさめ ごま油 でんぶん 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 牛乳	グリーンピースごはん 精白米 グリーンピース かきたま汁 豆腐 鶏卵 こまつな ねぎ えのきたけ うま煮 鶏肉 がんもどき 凍り豆腐 ごぼう にんじん たけのこ こんにやく 米油 砂糖 牛乳	ごはん 精白米 チキンカレー 鶏肉 ジャがいも たまねぎ にんじん トマト(缶) にんにく しょうが 小麦粉 バター トマトピューレ ごま酢あえ 切り干しだいこん にんじん 砂糖 プルーンはっこう乳	ぶどうパン ミネストローネ ベーコン ジャがいも たまねぎ とり肉とキャベツの スパゲティ トマト(缶) にんじん いんげん豆 にんにく トマトピューレー スバゲティ 鶏肉 アスパラガス オリーブ油 キャベツ たまねぎ にんにく オリーブ油 牛乳	五穀ごはん 精白米 もちきび もちあわ 磯香あえ キャベツ こまつな きざみのり ひえ 押麦 黒米 さわらの西京焼き さわら みそ 砂糖 沢煮焼 豚肉 ごぼう ねぎ にんじん みずな えのきたけ しょうが でんぶん 牛乳		
22	23	24	25	26		
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		
麦ごはん 精白米 米粒麦 変わり五目豆 だいず(水煮) 豚肉 凍り豆腐 ジャがいも 米油 にんじん ビーマン 砂糖 こんにやく 牛乳	みそ汁 キャベツ たまねぎ こまつな みそ ひじきのつくだ煮 ひじき 砂糖 ごま油 牛乳	ロールパン 中華風コーンスープ 鶏卵 たまねぎ にんじん コーン(缶) こまつな ごま油 塩焼きそば でんぶん 中華めん 米油 豚肉 おきえび 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 牛乳	ごはん 精白米 さばのみそ煮 さば しょうが みそ 砂糖 ごまじょうゆあえ キャベツ にんじん ごま けんちん汁 豆腐 油揚げ だいこん にんじん ごぼう ねぎ ごま油 牛乳	はいがごはん はいが米 親子煮 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 でんぶん 黒みつかん 含蜜糖 寒天 さつき汁 豆腐 ねぎ さやえんどう たけのこ わかめ 牛乳	麦ごはん 精白米 米粒麦 ツナとジャがいもの炒め物 まぐろ(油漬) ジャがいも パセリ 米油 ハンバーグ おろしたまねぎソース 鶏肉 豚肉 パン粉 たまねぎ にんにく 砂糖 ごま油 でんぶん みそ汁 油揚げ キャベツ にんじん えのきたけ みそ 牛乳	
29	30 郷土料理 小12遠足	31 パースデーメニュー	☆献立について			
豚肉の栄養について知る	静岡県の名産品について知る	横浜にゆかりのある食べ物について知る	 <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) ○郷土料理として静岡県の名産品をつかった料理を 取り入れました。(かつお・しらす・チンゲン菜)</p> 			
はいがごはん はいが米 豚丼の具 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 牛乳	だいずの磯煮 ひじき だいず(水煮) にんじん 油揚げ 砂糖 米油 みそ汁 ねぎ ジャがいも わかめ みそ 牛乳	ごはん 精白米 かつおのごまみそあえ かつお でんぶん ジャがいも しょうが 米油 ごま みそ 砂糖 しらすとキャベツの おひたし しらす キャベツ にんじん チンゲン菜のスープ 鶏肉 豆腐 チンゲン菜 ねぎ えのき にんじん 牛乳	食パン 横浜開港菜のサラダ 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 カレー トマト たまねぎ にんにく オリーブ油 ビーンズシチュー 砂糖 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 牛乳	アイスクリーム (卵を含みません) 牛乳		