

令和8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
1	2	3	4	5
チンジャオロースーについて知る	<h2>開港記念日</h2>	ちりめんじゃこについて知る	<h2>給食なし</h2>	「じゃがいも・たまねぎ」 羽沢町の内田農園で採れたものを 使用する予定です。 
ごはん 精白米 スーラータン 鶏卵 豚肉 もやし たまねぎ にんじん ラー油 てんぷん チンジャオロースー 豚肉 じゃがいも たまねぎ ビーマン しょうが にんにく 米油 砂糖 てんぷん ごま油 牛乳		ごはん 精白米 だいずとじゃこの炒り煮 だいず てんぷん 米油 ちりめんじゃこ ごま 砂糖 変わりきんぴら 豚肉 じゃがいも にんじん ごぼう こんにゃく 米油 砂糖 みそ汁 豆腐 たまねぎ こまつな みそ 牛乳		
8	9	10	11	12
日本の伝統的な食品(梅干し)について知る	横浜ゆかりの食べ物(ナポリタン)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	エジプト料理を味わう	回鍋肉の名前の由来を知る
ごはん 精白米 梅肉あえ きゅうり 梅干しペースト だいずと鶏肉のうま煮 だいず 鶏肉 うずら卵 にんじん たけのこ こんにゃく じゃがいも 砂糖 しょうが みそ汁 切り干しだいこん わかめ 油揚げ みそ 牛乳	ぶどうパン 鶏肉 ひよこ豆 キャベツ たまねぎ にんじん パセリ スパゲティナポリタン スパゲティ ウインナー たまねぎ エリンギ ビーマン にんにく 米油 トマトピューレ 粉チーズ 牛乳	ごはん 精白米 じゃがいもの炒め物 じゃがいも キャベツ 米油 ツナそぼろ まぐろ油漬け にんじん 凍り豆腐 しょうが 砂糖 沢煮碗 豚肉 にんじん えのきたけ こまつな ねぎ しょうが てんぷん 牛乳	ごはん 精白米 モロヘイヤスープ モロヘイヤ ボンレスハム 米油 たまねぎ にんじん にんにく シャクシューカ 豚肉 たまねぎ にんじん じゃがいも うずら卵 トマト パセリ にんにく 米油 クミン プルーンの甘煮 ドライプルーン 牛乳	はいがごはん 胚芽米 卵とトマトのスープ 鶏卵 豆腐 トマト たまねぎ しょうが てんぷん 回鍋肉 豚肉 キャベツ ねぎ ビーマン しょうが にんにく 米油 みそ てんぷん トウバンジャン テンメンジャン 冷凍みかん (軟菜)みかん缶 (マベ)ゼリー 牛乳
15	16	17	18	19
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	コロッケについて知る	かきたま汁について知る	フランスの家庭料理を味わう
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 クミン ごま酢あえ キャベツ にんじん ごま 砂糖 プルーンはっこう乳	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 こんにゃく ごま油 納豆 豚肉と切り干しだいこんの煮物 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 牛乳	サンドパン じゃがいも 豚肉 パン粉 たまねぎ 米油 野菜のスープ煮 豚肉 キャベツ たまねぎ にんじん パセリ ヨーグルト 牛乳	ごはん 精白米 ごまあえ キャベツ きゅうり ごま 凍り豆腐のいりに 凍り豆腐 豚肉 にんじん たまねぎ 米油 砂糖 かきたま汁 鶏卵 豆腐 こまつな ねぎ てんぷん 牛乳	ソフトフランス たまねぎ にんじん セロリ ジュリエヌスープ 魚のパン粉焼き さけ パン粉 オリーブ油 にんにく ねぎ パセリ 粉チーズ ラタトゥイユ ナス スツキーニ たまねぎ トマト オリーブ油 ビーマン にんにく 牛乳
22	23	24	25	26
ごぼうの旬について知る	バレンシアオレンジについて知る	麦には食物せんいが多く含まれていることを知る	どうもろこしについて知る	韓国料理について知る
ごはん 精白米 じゃがいものそぼろ煮 豚肉 じゃがいも にんじん しょうが 砂糖 米油 てんぷん とりごぼうごはんの具 鶏肉 油揚げ ごぼう にんじん ごま 砂糖 米油 牛乳	食パン 鶏肉 キャベツ たまねぎ パセリ じゃがいも 牛乳 豆乳 脱脂粉乳 チリコンカン 豚肉 だいず たまねぎ 米油 トマト にんじん にんにく マカロニ 小麦粉 チリパウダー バレンシアオレンジ (軟菜)みかん缶 (マベ)ゼリー 牛乳	麦ごはん 精白米 米粒麦 酢みそあえ キャベツ わかめ にんじん 砂糖 みそ 魚のしょうがあんかけ 油カレイ しょうが 砂糖 てんぷん 呉汁 だいず 豆腐 油揚げ だいこん にんじん ごぼう みそ 牛乳	ごはん 精白米 どうもろこし 鶏肉 豚肉 しょうが にんにく ねぎ コチジャン 砂糖 米油 コーンソテー どうもろこし キャベツ 米油 たまごスープ 鶏卵 たまねぎ こまつな てんぷん 牛乳	ごはん 精白米 ビビンバ(野菜) もやし たら にんじん ごま油 にんにく ごま ビビンバ(肉) 牛肉 豚肉 しょうが にんにく ねぎ コチジャン 砂糖 米油 わかめスープ わかめ 豆腐 ねぎ えのきたけ ごま油 牛乳
29	30	☆献立について 		
海そうの栄養について知る	すいかについて知る	○開港記念日にちなみ、横浜と関わりの深い献立を取り入れました。 (チンジャオロースー・スーラータン) ○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) ○25日のコーンソテーに使うどうもろこしは、高等部FGHグループの生徒が、皮をむいたどうもろこしを使います。 ※皮むきは前日に行います		
ごはん 精白米 ひじきのふりかけ ひじき ごま 砂糖 変わり五目豆 だいず 豚肉 凍り豆腐 じゃがいも 米油 にんじん ビーマン こんにゃく 砂糖 みそ汁 油揚げ キャベツ こまつな みそ 牛乳	ロールパン キャベツのスープ キャベツ コーン 鶏肉のトマト煮込み 鶏肉 たまねぎ にんじん にんにく じゃがいも セロリ トマト エリンギ 米油 粉チーズ 小玉すいか 牛乳			