

# 令和8年7月 献立使用材料予定表

上菅田特別支援学校

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
<b>献立について</b> ・七夕にちなんだ献立を取り入れました。 (すましそうめん) ・郷土料理として、沖縄県の料理を取り入れました。 ・国際理解の献立として、スペイン料理を取り入れました。 ・夏野菜を使った料理を取り入れました。 (ゴーヤチャンプルー・夏野菜カレー・スパゲティトマトソース・枝豆・夏野菜スープ) ・14日の枝豆は、中学部の皆さんが枝からもぎとった枝豆を使います。	<b>お知らせ</b> 夏休み明けの給食は、 8月28日(金)からです。 	<b>1</b> わかめについて知る	<b>2</b> 旬の食品(きゅうり)について知る	<b>3</b> ももについて知る	
		ごはん 精白米 肉じゃが 牛肉 じゃがいも たまねぎ にんじん こんにゃく 砂糖 米油	大豆とじゃこの炒り煮 大豆 ちりめんじゃこ 米油 ごま てんぷん 砂糖 すまし汁 豆腐 わかめ えのきたけ 牛乳	ごはん 精白米 魚の塩焼き ホッケ 梅肉あえ きゅうり 梅干し 呉汁 大豆 油揚げ だいこん にんじん ねぎ みそ 牛乳	ロールパン 鶏卵 にんじん はるさめ ねぎ こまつな ごま油 てんぷん ソース焼きそば 中華めん 豚肉 キャベツ たまねぎ もやし にんじん 米油 もものコンポート もも(缶) 牛乳
		<b>6</b> 夏野菜(ズッキーニ)について知る	<b>7</b> 七夕の行事食に使われるそうめんの由来を知る	<b>8</b> 沖縄料理を味わう	<b>9</b> ごまの栄養について知る
ターメリックライス 精白米 ターメリック 夏野菜スープ 豚肉 たまねぎ キャベツ なす ズッキーニ にんにく 米油 チリコンカン 豚肉 だいず たまねぎ にんじん にんにく トマト 米粉 米油 チリパウダー 牛乳	ごはん 精白米 ツナそばろ まぐろ油漬 凍り豆腐 にんじん しょうが 砂糖 かぼちの煮物 かぼちや 砂糖 すましそうめん そうめん 鶏肉 オクラ にんじん しょうが 牛乳	はいがごはん 胚芽米 シブイ汁 豚肉 とうがん ねぎ いら しょうが ゴーヤチャンプルー 豚肉 鶏卵 豆腐 もやし にんじん ゴーヤ にんにく 小町ふ 米油 削り節 黒糖かん 黒糖 寒天 牛乳	ごはん 精白米 魚のごまみそあんかけ さば みそ 砂糖 しょうが ごま てんぷん 磯香和え キャベツ こまつな のり けんちん汁 豆腐 油揚げ にんじん だいこん ごぼう こんにゃく ごま油 牛乳	ぶどうパン 豚肉 キャベツ たまねぎ ひよこまめ にんじん スパゲティトマトソース スパゲティ まぐろ油漬 たまねぎ トマト(缶) ズッキーニ にんにく オリーブ油 冷凍みかん 軟菜:みかん缶 マベ:みかんゼリー 牛乳	
<b>13</b> ピーマンについて知る	<b>14</b> 旬の食材(枝豆)を味わう	<b>15</b> トマトについて知る	<b>16</b> スペイン料理を味わう	<b>17</b> パースデーメニュー アセロラについて知る	
ごはん 精白米 のりのつくだに きざみのり 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 ピーマン 砂糖 こんにゃく みそ汁 キャベツ たまねぎ 油揚げ こまつな みそ 牛乳	ごはん 精白米 かきたま汁 鶏卵 豆腐 わかめ えのきたけ 枝豆 豚肉とキャベツのごまみそ炒め 豚肉 キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン しょうが 米油 ごま 砂糖 みそ てんぷん 牛乳	麦ごはん 精白米 米粒麦 わかめサラダ キャベツ きゅうり わかめ ごま 砂糖 夏野菜のカレー 豚肉 じゃがいも たまねぎ かぼちや トマト 米油 小麦粉 ズッキーニ バター にんにく しょうが プルーンはっこう乳	ごはん 精白米 パエリアの具 鶏肉 えび いか たまねぎ トマト ピーマン にんにく オリーブ油 エンサラダ・デ・サナオリア (にんじんのサラダ) キャベツ にんじん 砂糖 オリーブ油 ソパ・デ・アホ (にんにくのスープ) ポークハム にんにく 食パン 鶏卵 パプリカ(粉) てんぷん オリーブ油 パセリ たまねぎ 牛乳	黒パン ひじき きゅうり キャベツ コーン ごま 米油 ごま油 砂糖 米粉シチュー 鶏肉 にんじん じゃがいも たまねぎ パセリ 米油 米粉 バター 豆乳 牛乳 脱脂粉乳 アセロラゼリー アセロラジュース 砂糖 アガー 牛乳	